叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 3 个章节

1. 圣方济·沙雷氏一年中每一(maxims And Counsels Of St.) 000001

2. 圣方济·沙雷氏一年中每一(maxims And Counsels Of St.) 000002

3. 圣方济·沙雷氏一年中每一(maxims And Counsels Of St.) 000003

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

圣方济·沙雷氏一年中每一(Maxims and counsels of St.)

[wʌn]
1
1

1

['mæksɪmz][ænd; ənd] ['kaunsəl]
Maxims **and** **Counsels**
格言 和 律师

格言与忠告

[ɒv; əv]
OF
的

的

[ˌes 'tiː] . ['frɑːnsɪs] [diː] ['seɪlz]
ST **.** **FRANCIS** **DE** **SALES**
英石 . 弗朗西斯 德语 销售量

圣方济各·沙雷氏

[fɔː(r); fə(r)] ['evri] [deɪ] [ɒv; əv][ðə; ði][jɪə(r)] .
For **Every** **Day** **of** **the** **Year** **.**
为了 每一个 天 的 这 年 .

一年中的每一天。

[trænz'leɪtɪd] [frɒm; frəm][ðə; ði] [frentʃ] [baɪ]
TRANSLATED **FROM** **THE** **FRENCH** **BY**
翻译 从 这 法语 经过

由.....从法语翻译

[mɪs] ['elə] [mək'mɑːn]
MISS **ELLA** **McMAHON**
错过 艾拉 麦克马洪

艾拉·麦克马洪小姐

['sekənd] [ɪ'dɪʃ(ə)n] .
Second **Edition** **.**
第二 版 .

第二版。

['dʌblɪn]
DUBLIN
都柏林

都柏林

[em] . [eɪtʃ] . [gɪl] & [sʌn]
M **.** **H** **.** **GILL** **&** **SON**
M . H . 鳃 & 儿子

MH GILL & SON

- ['ʌpə(r)] ['sækˌvɪl] STREET18842
50 **UPPER** **SACKVILLE** **STREET18842**
- 上 萨克维尔 STREET18842

萨克维尔上街50号，邮编18842

[ˌɪmprɪˈmɑːtə(r)] :
Imprimatur **:**
印章 :

批准:

[dʒɒn] , [ˈkɑːdɪn(ə)l] [məˈklɑːskiː] ,
JOHN **,** **CARDINAL** **McCLOSKEY** **,**
约翰 , 红衣主教 麦克洛斯基 ,

约翰·麦克洛斯基枢机主教

[ˌɑːtʃˈbɪʃəp] [ɒv; əv] [njuː] [jɔːk] .
Archbishop **of** **New** **York** **.**
大主教 的 新的 约克 .

纽约大主教。

[sepˈtembə(r)][fɔːr] , - .
September **4** **,** **1882** **.**
九月 4 , - .

1882年9月4日。

[ˌɑːr ˈiː] - [ˌɪmprɪˈmɑːtə(r)] :
Re **-** **imprimatur** **:**
关于 - 印章 :

重新批准:

✠ [ɛdwɑːrdɪs] [kɑːd] .
✠ **EDUARDUS** **CARD** **.**
✠ 爱德华兹 卡片 .

✠ EDUARDUS 卡片。

[mæk] [keɪb] ,
MAC **CABE** **,**
苹果 卡贝 ,

MAC CABE,

- - , - [ˈpriːmə] . [θriː]
Archiepiscopus **Dublinensis** **,** **Hiberniæ** **Primas** **.** **3**
- - , - 表兄弟 . 3

Archiepiscopus Dublinensis, Hiberniæ Primas.3

[ˌɪntrəˈdʌkʃn] .
INTRODUCTION **.**
介绍 .

介绍。

[ˈpaɪəs] [səʊl] :
Pious **Soul** **:**
虔诚的 灵魂 :

虔诚的灵魂:

[ðə; ði][ˈspɪrɪtʃuəl][ˈfɑːðə(r)] [huː] [ˈprez(ə)nts][hɪmˈself][tuː; tə][juː; jʊ][ˈʌndə(r)] [ðɪs] [ˈtaɪt(ə)l][ɪz][ðə; ði][ˈdʒent(ə)l]
The **Spiritual** **Father** **who** **presents** **himself** **to** **you** **under** **this** **title** **is** **the** **gentle**
这 精神 父亲 WHO 礼物 他自己 到 你 在下面 这 标题 是 这 温和的
[ˈbɪʃəp] [ɒv; əv][dʒɪˈniːvə] ,
Bishop **of** **Geneva** **,**
主教 的 日内瓦 ,

以这个头衔向你们介绍的这位属灵父亲，是和蔼可亲的日内瓦主教。

[huː] , [ɪn][ðə; ði][əˈpɪnjən][ɒv; əv][ˌes ˈtiː] . [dʒeɪn] [ʃɑ̃ːˈtɑːl] [ænd; ənd][ˌes ˈtiː] . [ˈvɪnsnt] [diː] [pɔːl] ,
who **,** **in** **the** **opinion** **of** **St** **.** **Jane** **Chantal** **and** **St** **.** **Vincent** **de** **Paul** **,**
WHO , 在 这 观点 的 英石 . 简 尚塔尔 和 英石 . 文森特 德 保罗 ,

在圣女贞德·尚塔尔和圣文森特·德·保罗看来，

[wɒz; wəz][ðə; ði][məʊst] ['pɜːfɪkt] [ˌɪmɪ'teɪʃn] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['seɪvjə(r)] ['lɪvɪŋ] [ə'mʌŋ] [men] .

was	the	most	perfect	imitation	of	our	Saviour	living	among	men	.
曾是	这	最多	完美的	模仿	的	我们的	救主	活的	之中	男人	.

他是生活在世人中间的救世主最完美的模仿者。

[lʌv] [fɔː(r); fə(r)] [səʊlz] [ɪz][hɪz; ɪz] [greɪt] ['pæʃ(ə)n] .

Love	for	souls	is	his	great	passion	.
爱	为了	灵魂	是	他的	伟大的	热情	.

他对灵魂的爱是他最大的热情。

[hiː; hi][ɪz][nɒt] [ə'stɒnɪʃt] [æt; ət]['aɪðə(r)] [fɔːls] [ɔː(r)] [dɪs'kʌrɪdʒmənt] ,

He	is	not	astonished	at	either	falls	or	discouragement	,
他	是	不是	惊讶	在	任何一个	瀑布	或者	沮丧	,

他对于跌倒或沮丧都毫不惊讶。

[wɪtʃ] [hiː; hi] [kj'ɔːz] [baɪ] ['remədiz] [æz; əz]['dʒent(ə)l][æz; əz] [ðeɪ] are4

which	he	cures	by	remedies	as	gentle	as	they	are4
哪个	他	治愈	经过	补救措施	作为	温和的	作为	他们	are4

他用温和的疗法治愈了这种疾病。4

[ˌefɪ'keɪʃəs] .

efficacious	.
有效的	.

有效的。

[wɒt'evə(r)] [jɔː(r); jə(r)] [ˌdɪspə'zɪʃn] [juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] ['sʌmtaɪmz] [ə; eɪ] [wɜːd] [ɒv; əv][ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,

Whatever	your	disposition	you	will	find	sometimes	a	word	of	consolation	,
任何	你的	处置	你	将要	寻找	有时	一个	单词	的	安慰	,

['sʌmtaɪmz] [ə; eɪ] ['kaʊnsl] [ɒv; əv] [pə'fekʃ(ə)n] ,

sometimes	a	counsel	of	perfection	,
有时	一个	法律顾问	的	完美	,

无论你心境如何，你有时都能找到一句安慰的话语，有时能找到一条完善的建议。

[ɔː(r)][ə; eɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [ɐk'ɒmplɪʃɪŋ] [ə; eɪ] ['dɪfɪkəlt] [step][ɪn][ðə; ði] [weɪz] [ɒv; əv][gɒd] ,

or	a	means	of	accomplishing	a	difficult	step	in	the	ways	of	God	,
或者	一个	方法	的	完成	一个	难的	步	在	这	方式	的	上帝	,

或者说，是完成通往神之路上的艰难一步的途径。

[ænd; ənd][ɒv; əv] ['elɪveɪtɪŋ] [jɔː'self] [tuː; tə][hɪm] .

and	of	elevating	yourself	to	Him	.
和	的	提升	你自己	到	他	.

并提升自己，与祂相提并论。

[ðɪs] [kə'lekʃ(ə)n] [ɪz][laɪk][ðə; ði]['ɪnə(r)][laɪf][ɒv; əv][ðə; ði] [seɪnt] [ʌn'kɒnʃəsli] ['rɪt(ə)n] [baɪ][hɪm'self] .

This	collection	is	like	the	inner	life	of	the	Saint	unconsciously	written	by	himself	.
这	收藏	是	喜欢	这	内	生活	的	这	圣	不知不觉	书面	经过	他自己	.

这本诗集就像圣人无意识中写下的内心世界。

[hiː; hi][fɜːst] ['præktɪst] , [ænd; ənd] [ðen] [tɔːt] .

He	first	practised	,	and	then	taught	.
他	第一的	已实践	,	和	然后	教授	.

他先是练习，然后才教书。

[wʌn][ɪz]['dʒent(ə)l][frɒm; frəm]['moʊtɪvz][ɒv; əv]['vɜːtʃuː] , ['əʊnli] [wen] [hiː; hi] [pə'zesɪz] ['mɒrəl] [streŋθ] ;

One	is	gentle	from	motives	of	virtue	,	only	when	he	possesses	moral	strength	;
一	是	温和的	从	动机	的	美德	,	仅有的	什么时候	他	拥有	道德	力量	;

一个人只有具备道德力量，才会出于美德而温柔待人；

[naʊ] [wiː; wi][faɪnd][ɪn] [ðiːz] [laɪnz][ðə; ði]['siːkrət][ɒv; əv] [ðæt] [streŋθ] [wɪtʃ] [meɪd] [ˌes 'tiː] . ['frɑːnsɪs][diː]

now	we	find	in	these	lines	the	secret	of	that	strength	which	made	St	.	Francis	de
现在	我们	寻找	在	这些	线条	这	秘密	的	那	力量	哪个	制成	英石	.	弗朗西斯	德

['seɪlz] [ðə; ði][dʒ'ɛntləst][ɒv; əv][men] .

Sales	the	gentlest	of	men	.
销售量	这	最温柔的	的	男人	.

现在我们从这些文字中找到了圣方济·沙雷氏成为最温柔的人的力量的秘密。

[hiː; hi]['ædmərəbli] [ɪn'kʌlˌkeɪts] [ðə; ði] ['meθəd] [ɒv; əv]['sæŋktəti] [wɪtʃ] [hiː; hi] ['pɜːfɪktli] [pə'zest] — [ə; eɪ]

He	admirably	inculcates	the	method	of	sanctity	which	he	perfectly	possessed	—	a
他	令人钦佩地	灌输	这	方法	的	圣洁	哪个	他	完美	拥有	—	一个

['sæŋktəti] [wɪtʃ] [siːm] [səʊ] ['iːzi] [tuː; tə]['riːəlaɪz] [ðæt] [wiː; wi] [fiːl] [ə; eɪ] desire5

sanctity	which	seems	so	easy	to	realise	that	we	feel	a	desire5
圣洁	哪个	似乎	所以	简单的	到	意识到	那	我们	感觉	一个	desire5

他出色地传授了他自身完美拥有的圣洁之道——这种圣洁似乎如此容易实现，以至于我们感到一种渴望[5]

[tuː; tə] [ˌriːprə'djuːs] [ˌaɪ 'tiː] .

to	reproduce	it	.
到	复制	它	.

重现它。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði]['flaʊə(r)] [wɪtʃ] [ðə; ði]['spɪrɪtʃuəl]['fɑːðə(r)] ['kɔːzɪz] [tuː; tə] [bluːm] [ɪn][jɔː(r); jə(r)][səʊl] .

It	is	the	flower	which	the	Spiritual	Father	causes	to	bloom	in	your	soul	.
它	是	这	花	哪个	这	精神	父亲	原因	到	盛开	在	你的	灵魂	.

这是灵性之父在你灵魂中促成绽放的花朵。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [suːn] [beə(r)] [fruːt] [ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['feɪθf(ə)l] .

It	will	soon	bear	fruit	if	you	are	faithful	.
它	将要	很快	熊	水果	如果	你	是	忠实	.

只要你坚持，很快就会有结果。

[ðiːz] ['kaunsəl][hæv; həv] [biːn] ['keəfəli] [gliːn] [frɒm; frəm][ðə; ði] [kəm'pliːt] [kə'lekʃ(ə)n] [ɒv; əv][ðə; ði]

These	counsels	have	been	carefully	gleaned	from	the	complete	collection	of	the
这些	律师	有	到过	小心	收集	从	这	完全的	收藏	的	这

['həʊli]['dɒktə(r)] . ['sɛvən]

holy	Doctor	.	7
圣	医生	.	7

这些劝诫是从圣师的全部著作中精心搜集而来。[7]

['mæksɪmz][ænd; ənd] ['kaunsəl]

MAXIMS	AND	COUNSELS
格言	和	律师

格言与箴言

[ɒv; əv]

OF
的

的

[ˌes 'tiː] . ['frɑːnsɪs] [diː] ['seɪlz]

ST	.	FRANCIS	DE	SALES
英石	.	弗朗西斯	德语	销售量

圣方济各·沙雷氏

[fɔː(r); fə(r)] ['evri] [deɪ] [ɒv; əv][ðə; ði][jɪə(r)] . [wʌn] .

For	Every	Day	of	the	Year	.	1	.
为了	每一个	天	的	这	年	.	1	.

一年中的每一天。1.

[kiːp] [jɔː'self] ['feɪθfəli] [ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [gɒd] ; [ə'vɔɪd] ['hʌri] [ænd; ənd][æŋ'zaɪəti] ,

Keep	yourself	faithfully	in	the	presence	of	God	;	avoid	hurry	and	anxiety	,
保持	你自己	忠实	在	这	在场	的	上帝	;	避免	匆忙	和	焦虑	,

要时刻亲近神，避免匆忙和焦虑。

[fɔ:(r); fə(r)][ðeə(r)][ɑ:(r); ə(r)][nəʊ]['greɪtə(r)]['ɒbstək(ə)lz][tu:; tə]['aʊə(r)]['prəʊgres][ɪn] [pə'fekʃ(ə)n] . [ˌtu:'tu:] .

for	there	are	no	greater	obstacles	to	our	progress	in	perfection	.	2	.
为了	那里	是	不	更大的	障碍	到	我们的	进步	在	完美	.	2	.

因为没有比这更大的障碍能阻碍我们走向完美了。2.

[kɑ:st][jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] ['dʒentli] , [nɒt]['vaɪələntli] , [eit]

Cast	your	heart	gently	,	not	violently	,	8
投掷	你的	心	轻轻地	,	不是	暴力	,	8

温柔地、不要激烈地投入你的心，8

['ɪntu:][ðə; ði] [wu:ndz] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['seɪvjə(r)] ; [hæv; həv][æn; ən] [ʌn'lɪmɪtɪd] ['kɒnfɪdəns] [ɪn][hɪz; ɪz] ['mɜ:si]

into	the	wounds	of	our	Saviour	;	have	an	unlimited	confidence	in	his	mercy
进入	这	伤口	的	我们的	救主	;	有	一个	无限	信心	在	他的	怜悯

[ænd; ənd] ['gʊdnəs] . [θri:] .

and	goodness	.	3	.
和	善良	.	3	.

深入救主的伤口；对他的慈悲和良善怀有无限的信心。3.

[tu:; tə] [meɪk] [gʊd] ['prəʊgres][wi:; wi][mʌst; məst] [dɪ'vəʊt] [ɑ:'selvz] [tu:; tə] ['getɪŋ] ['əʊvə(r)] [ðæt]

To	make	good	progress	we	must	devote	ourselves	to	getting	over	that
到	制作	好的	进步	我们	必须	奉献	我们自己	到	获得	超过	那

['pɔ:ʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði][pɑ:θ] [wɪtʃ] [laɪz][kləʊz][bɪ'fɔ:(r)][ˌju: 'es] ,

portion	of	the	path	which	lies	close	before	us	,
部分	的	这	小路	哪个	谎言	关闭	前	我们	,

为了取得良好进展，我们必须集中精力克服摆在我们面前的这段难关。

[ænd; ənd][nɒt][ə'mju:z] [ɑ:'selvz] [wɪð] [ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][tu:; tə] [ə'teɪn] [ðə; ði][lɑ:st][step][bɪ'fɔ:(r)][wi:; wi]

and	not	amuse	ourselves	with	the	desire	to	attain	the	last	step	before	we
和	不是	娱乐	我们自己	和	这	欲望	到	达到	这	最后的	步	前	我们

[hæv; həv] [ə'kʌmplɪʃt] [ðə; ði][fɜ:st] . [fɔ:r] .

have	accomplished	the	first	.	4	.
有	完成	这	第一的	.	4	.

不要沉迷于在完成第一步之前就达到最后一步的欲望。4.

[wi:; wi][mʌst; məst] [meɪk] ['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] [daɪ] [wɪð] [ˌju: 'es][frɒm; frəm] [deɪ] [tu:; tə] [deɪ] .

We	must	make	our	imperfections	die	with	us	from	day	to	day	.
我们	必须	制作	我们的	瑕疵	死	和	我们	从	天	到	天	.

我们必须让自身的缺点随着时间的流逝而消亡。

[dɪə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] , [wɪtʃ] [kɔ:z] [ˌju: 'es][tu:; tə] ['rekəgnaɪz] ['aʊə(r)] ['mɪzəri] , [wɪtʃ] ['eksəsaɪz][ˌju: 'es]

Dear	imperfections	,	which	cause	us	to	recognise	our	misery	,	which	exercise	us
亲爱的	瑕疵	,	哪个	原因	我们	到	认出	我们的	苦难	,	哪个	锻炼	我们

[ɪn] [kən'tempt] [ɒv; əv][self] ,

in	contempt	of	self	,
在	鄙视	的	自己	,

亲爱的缺陷们，你们让我们意识到自己的痛苦，你们让我们鄙视自己，

[ænd; ənd][ðə; ði] practice9

and	the	practice9
和	这	practice9

以及实践9

[ɒv; əv]['vɜ:tʃu:] , [ænd; ənd] [ˌnɒtwɪθ'stændɪŋ] [wɪtʃ] [gɒd] [ək'septs] [ðə; ði][ˌprepə'reɪʃ(ə)n][ɒv; əv]['aʊə(r)]

of	virtue	,	and	notwithstanding	which	God	accepts	the	preparation	of	our
的	美德	,	和	虽然	哪个	上帝	接受	这	准备	的	我们的

[hɑ:ts] [wɪtʃ] [ɪz] ['pɜ:fɪkt] . [faɪv] .

hearts	which	is	perfect	.	5	.
心	哪个	是	完美的	.	5	.

尽管我们内心充满美德，但上帝仍然接受我们完美的心灵准备。5.

[ai] [ˌrekə'mend] [sɪm'plɪsəti] [tuː; tə][juː; jʊ] ; [lʊk] [bɪ'fɔː(r)] [juː; jʊ] ,

I	recommend	simplicity	to	you	;	look	before	you	,
我	推荐	简单	到	你	;	看	前	你	,

我建议你化繁为简；在你面前，

[ænd; ənd][nɒt][æt; ət][ðə; ði]['deɪndʒəz] [wɪtʃ] [juː; jʊ][bɪ'həʊld][ɪn][ðə; ði] ['dɪstəns] .

and	not	at	the	dangers	which	you	behold	in	the	distance	.
和	不是	在	这	危险	哪个	你	看哪	在	这	距离	.

而不是你远处看到的危险。

[kiːp] [jɔː(r); jə(r)] [wɪl] ['fɜːmli] [bent] [ə'pɒn] ['sɜːvɪŋ] [gɒd] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)] [həʊl] [hɑːt] .

Keep	your	will	firmly	bent	upon	serving	God	with	your	whole	heart	.
保持	你的	将要	牢牢	弯曲	之上	服务	上帝	和	你的	所有的	心	.

要坚定不移地全心全意侍奉上帝。

[waɪl] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [ðʌs] ['ɒkjupaɪd] [ɪn] ['fɔːrkæstɪŋ] [ðə; ði]['fjuːtʃə(r)][juː; jʊ][ɪk'spəʊz] [jɔː'self] [tuː; tə]

While	you	are	thus	occupied	in	forecasting	the	future	you	expose	yourself	to
尽管	你	是	因此	占领	在	预测	这	未来	你	暴露	你自己	到

[sʌm; səm] [fɔːls] [step] . [sɪks] .

some	false	step	.	6	.
一些	错误的	步	.	6	.

当你忙于预测未来时，你可能会犯一些错误。6.

[hæv; həv][nəʊ][keə(r)][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['mɒrəʊ] ; [θɪŋk] ['əʊnli][ɒv; əv]['duːɪŋ] [wel] [tuː; tə] - [deɪ] ,

Have	no	care	for	the	morrow	;	think	only	of	doing	well	to	-	day	,
有	不	关心	为了	这	明天	;	思考	仅有的	的	正在做	出色地	到	-	天	,

不要为明天担忧；只要想着把今天做好。

[ænd; ənd] [wen] [tuː; tə] - ['mɒrəʊ] [ʃæl; ʃəl][hæv; həv] [bɪ'kʌm] [tuː; tə] - [deɪ] [ðen] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [θɪŋk]

and	when	to	-	morrow	shall	have	become	to	-	day	then	we	shall	think
和	什么时候	到	-	明天	将	有	变得	到	-	天	然后	我们	将	思考

[ə'baʊt][ˌaɪ 'tiː] . - .

about	it	.	107	.
关于	它	.	-	.

当明天变成今天的时候，我们再来考虑这个问题。107.

[wiː; wi][mʌst; məst] [meɪk] [ə; eɪ][prə'vɪʒ(ə)n][ɒv; əv] ['mænə] [fɔː(r); fə(r)] [iːtʃ] [deɪ] ['əʊnli] ;

We	must	make	a	provision	of	manna	for	each	day	only	;
我们	必须	制作	一个	条款	的	吗哪	为了	每个	天	仅有的	;

我们只需为每一天准备吗哪；

[ænd; ənd][let][ˌjuː 'es][nɒt][biː; bi][ə'freɪd] [ðæt] [gɒd] [wɪl] [feɪl][tuː; tə][send] [daʊn] [mɔː(r)][ə'pɒn][ˌjuː 'es][tuː; tə]

and	let	us	not	be	afraid	that	God	will	fail	to	send	down	more	upon	us	to
和	让	我们	不是	是	害怕的	那	上帝	将要	失败	到	发送	向下	更多的	之上	我们	到

- ['mɒrəʊ] [ænd; ənd][ðə; ði] [deɪ] ['ɑːftə(r)][tuː; tə] - ['mɒrəʊ] ,

-	morrow	and	the	day	after	to	-	morrow	,
-	明天	和	这	天	后	到	-	明天	,

我们不要害怕上帝明天和后天不会再降下更多恩典给我们。

[ænd; ənd] ['evri] [deɪ] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['pɪlgrɪmɪdʒ] . [eit] .

and	every	day	of	our	pilgrimage	.	8	.
和	每一个	天	的	我们的	朝圣	.	8	.

以及我们朝圣的每一天。8.

[sɪns] [ðə; ði] [hɑːt] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] [hæz; həz][nəʊ][mɔː(r)] ['lʌvɪŋ] [lɔː] [ðæn; ðən] ['miːknəs] ,

Since	the	Heart	of	our	Lord	has	no	more	loving	law	than	meekness	,
自从	这	心	的	我们的	主	有	不	更多的	爱	法律	比	谦逊	,

因为我们主的心意中没有比谦卑更仁爱的法则了，

[hjuːˈmɪləti] , [ænd; ənd] [ˈtʃærəti] [wiː; wi][mʌst; məst] [ˈfɜːmli] [meɪnˈteɪn] [ðiːz] [dɪə(r)][ˈvɜːtjuːz][ɪn][juː ˈes] . [naɪn]

humility	,	and	charity	we	must	firmly	maintain	these	dear	virtues	in	us	.	9
谦逊	,	和	慈善机构	我们	必须	牢牢	维持	这些	亲爱的	美德	在	我们	.	9

.

:

.

谦逊和仁爱，我们必须坚定地在我们心中保持这些宝贵的品德。9.

[truː] [ˈsæŋktəti][laɪz][ɪn] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] , [ænd; ənd][nɒt][ɪn] [ˈfuːlɪʃ] [ɪˈmædʒɪnɪŋz] , [ˈræptʃə; ˈræptʃər] ,

True	sanctity	lies	in	love	of	God	,	and	not	in	foolish	imaginings	,	raptures	,
真的	圣洁	谎言	在	爱	的	上帝	,	和	不是	在	愚蠢	想象	,	狂喜	,

真正的圣洁在于对上帝的爱，而不是愚蠢的幻想和狂喜。

& [siː] . [let] [juː ˈes] [dɪˈvəʊt] ourselves11

&	c	.	Let	us	devote	ourselves11
&	c	.	让	我们	奉献	ourselves11

等等。让我们全身心投入其中。

[tuː; tə][ðə; ði] [ˈpræktɪs] [ɒv; əv] [truː] [ˈmiːknəs] [ænd; ənd] [səbˈmɪʃn] , [tuː; tə] [rɪˈnaʊnsmənt] [ɒv; əv][self]

to	the	practice	of	true	meekness	and	submission	,	to	renouncement	of	self
到	这	实践	的	真的	谦逊	和	提交	,	到	放弃	的	自己

, [tuː; tə][dəʊˈsɪləti][ɒv; əv] [hɑːt] ,

,	to	docility	of	heart	,
,	到	码头	的	心	,

真正实践谦逊和顺从，舍弃自我，拥有温顺的心灵。

[tuː; tə] [lʌv] [ɒv; əv][æbˈdʒekʃən] , [tuː; tə][kənˌsɪdəˈreɪʃ(ə)n][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ˈwɪʃɪz] [ɒv; əv][ˈʌðə(r)z] :

to	love	of	abjection	,	to	consideration	for	the	wishes	of	others	:
到	爱	的	落魄	,	到	考虑	为了	这	愿望	的	其他的	:

对卑贱之物的喜爱，对他人意愿的体谅：

[ðɪs] [ɪz] [truː] [ˈsæŋktəti][ænd; ənd][ðə; ði][məʊst][ˈeɪmiəb(ə)l] [ˈekstəsi] [ɒv; əv][ðə; ði] [ˈtʃɪldrən] [ɒv; əv][gɒd] . -

this	is	true	sanctity	and	the	most	amiable	ecstasy	of	the	children	of	God	.	10
这	是	真的	圣洁	和	这	最多	可亲	狂喜	的	这	孩子们	的	上帝	.	-

.

:

.

这就是真正的圣洁，也是上帝儿女最美好的狂喜。10.

[meɪ] [juː; jʊ] [bɪˈlɒŋ] [tuː; tə][gɒd][fɔː(r); fə(r)][ˈevə(r)][ɪn] [ðɪs] [ˈmɔːt(ə)l][laɪf] , [ˈsɜːvɪŋ] [hɪm] [ˈfeɪθfəli]

May	you	belong	to	God	for	ever	in	this	mortal	life	,	serving	Him	faithfully
可能	你	属于	到	上帝	为了	曾经	在	这	凡人	生活	,	服务	他	忠实

[θruː] [ɪts][ˈtraɪəlz] ,

through	its	trials	,
通过	它是	试验	,

愿你在今生永远属于上帝，在人生的种种考验中忠诚地侍奉祂。

[ˈbeərɪŋ] [ðə; ði] [krɒs] [ˈɑːftə(r)][hɪm] ,

bearing	the	cross	after	Him	,
轴承	这	叉	后	他	,

背负着祂的十字架，

[ænd; ənd] [meɪ] [juː; jʊ][biː; bi][hɪz; ɪz][fɔː(r); fə(r)][ˈevə(r)][ɪn][laɪf][ɪˈtɜːn(ə)l] [wɪð] [ðə; ði] [həʊl] [səˈlestiəl] [kɔːt] !

and	may	you	be	his	for	ever	in	life	eternal	with	the	whole	celestial	court	!
和	可能	你	是	他的	为了	曾经	在	生活	永恒	和	这	所有的	天体	法庭	!

- .

11	.
-	.

愿你在永生中永远属于他，与整个天庭同在！11.

[ðə; ði] [greɪt] [gʊd] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [səʊlz] [ɪz][tuː; tə][lɪv; laɪv][fɔː(r); fə(r)][gɒd] ,

The	great	good	of	our	souls	is	to	live	for	God	,
这	伟大的	好的	的	我们的	灵魂	是	到	居住	为了	上帝	,

我们灵魂的最大益处就是为上帝而活。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['greɪtɪst] [gʊd] [tuː; tə][lɪv; laɪv][fɔː(r); fə(r)][gɒd][ə'ləʊn] . - .

and	the	greatest	good	to	live	for	God	alone	.	1212	.
和	这	最	好的	到	居住	为了	上帝	独自的	.	-	.

最大的善就是只为上帝而活。1212.

[hiː; hi] [huː] [laɪvz; lɪvz][bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][gɒd][ɪz]['nevə(r)][sæd] , [seɪv] [æt; ət] ['hævɪŋ] [ə'fendɪd] [gɒd] . -

He	who	lives	but	for	God	is	never	sad	,	save	at	having	offended	God	.	13
他	WHO	生活	但	为了	上帝	是	绝不	伤心	,	节省	在	拥有	被冒犯了	上帝	.	-

.

:

.

为上帝而活的人，除了冒犯上帝之外，永远不会感到悲伤。13.

[hiː; hi] [huː] [laɪvz; lɪvz][bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][gɒd] [siːk] ['əʊnli][gɒd] ,

He	who	lives	but	for	God	seeks	only	God	,
他	WHO	生活	但	为了	上帝	寻找	仅有的	上帝	,

凡为上帝而活的人，只寻求上帝。

[ænd; ənd] [sɪns] [gɒd][ɪz] [wɪð] [hɪm][ɪn] [əd'vɜːsəti] [æz; əz] [wel] [æz; əz][ɪn] [prɒ'sperəti] ,

and	since	God	is	with	him	in	adversity	as	well	as	in	prosperity	,
和	自从	上帝	是	和	他	在	逆境	作为	出色地	作为	在	繁荣	,

既然上帝无论在逆境还是顺境中都与他同在，

[hiː; hi] [dwel] [ɪn] [piːs] [ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][ˌtrɪbju'leɪʃ(ə)n] . - .

he	dwells	in	peace	in	the	midst	of	tribulation	.	14	.
他	居住地	在	和平	在	这	中间	的	苦难	.	-	.

他在患难中仍能安然居住。14.

[hiː; hi] [huː] [laɪvz; lɪvz][bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][gɒd] ['friːkwəntli] [θɪŋks] [ɒv; əv][hɪm]['djʊərɪŋ][ɔːl][ðə; ði]

He	who	lives	but	for	God	frequently	thinks	of	Him	during	all	the
他	WHO	生活	但	为了	上帝	频繁地	思考	的	他	期间	全部	这

[ɒkjʊ'peɪʃ(ə)ns][ɒv; əv][laɪf] . - .

occupations	of	life	.	15	.
职业	的	生活	.	-	.

凡为上帝而活的人，在生活中的一切事务中都会经常想起上帝。15.

[ðen] [let][juː 'es] [bɪ'lɒŋ] ['həʊlli] [tuː; tə][hɪm] , -

Then	let	us	belong	wholly	to	Him	,	13
然后	让	我们	属于	完全	到	他	,	-

那么，让我们完全属于他吧！13

[ænd; ənd][lɪv; laɪv][bʌt; bət][fɔː(r); fə(r)][hɪm] , [dɪ'zaɪərɪŋ]['əʊnli][tuː; tə] [pliːz] [hɪm] , [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)]

and	live	but	for	Him	,	desiring	only	to	please	Him	,	and	for
和	居住	但	为了	他	,	渴望	仅有的	到	请	他	,	和	为了

[hɪz; ɪz] ['kriːtʃəz] [ɪn][hɪm] ,

his	creatures	in	Him	,
他的	生物	在	他	,

只为祂而活，只愿取悦祂，以及祂所创造的一切。

[θruː] [hɪm] , [ænd; ənd][fɔː(r); fə(r)][hɪm] . - .

through	Him	,	and	for	Him	.	16	.
通过	他	,	和	为了	他	.	-	.

藉着他，为了他。16.

[meɪk] [jɔː(r); jə(r)]['lɪt(ə)l] ['efəts] ['swiːtli] , ['piːsfəli] , [ænd; ənd]['eɪmiəbli][tuː; tə] [pliːz] [ðɪs]
Make your little efforts sweetly , peacefully , and amiably to please this
制作 你的 小的 努力 甜蜜地 , 和平地 , 和 友好地 到 请 这
['sɒvrɪn] ['gʊdnəs] ,
Sovereign Goodness ,
主权 善良 ,

请以温柔、平和、友善的方式，尽你所能地取悦这位至高无上的良善者。

[ænd; ənd][duː; də][nɒt][biː; bi] [ə'stɒnɪʃt] [æt; ət] ['dɪfɪkəltɪz] . - .
and do not be astonished at difficulties . 17 .
和 做 不是 是 惊讶 在 困难 . - .

不要对困难感到惊讶。17.

[wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi] ['kɒnstənt] [ɪn][ə'spaɪərɪŋ][tuː; tə][ðə; ði] [pə'fekʃ(ə)n] [ɒv; əv]['həʊli] [lʌv] ,
We must be constant in aspiring to the perfection of holy love ,
我们 必须 是 持续的 在 有抱负的 到 这 完美 的 圣 爱 ,

我们必须始终不懈地追求圣爱的完美境界。

[ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [lʌv] [meɪ] [biː; bi] ['pɜːfɪkt] ;
in order that love may be perfect ;
在 命令 那 爱 可能 是 完美的 ;

使爱得以完全；

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [lʌv] [wɪtʃ] [siːk] ['eniθɪŋ] [les] [ðæn; ðən] [pə'fekʃ(ə)n] ['kænɒt] [feɪl][tuː; tə][biː; bi]
for the love which seeks anything less than perfection cannot fail to be
为了 这 爱 哪个 寻找 任何事物 较少的 比 完美 不能 失败 到 是
[ɪm'pɜːfɪkt] . - .
imperfect . 1418 .
不完善 . - .

因为追求完美之外的任何事物的爱，都不可能不完美。1418.

['nevə(r)] [pə'mɪt] [jɔː(r); jə(r)][səʊl][tuː; tə][biː; bi][sæd][ænd; ənd][lɪv; laɪv][ɪn] ['bɪtənəs] [ɒv; əv]['spɪrɪt][ɔː(r)]
Never permit your soul to be sad and live in bitterness of spirit or
绝不 允许 你的 灵魂 到 是 伤心 和 居住 在 苦味 的 精神 或者
['skruːpjələs] [fɪə(r)] ,
scrupulous fear ,
一丝不苟的 害怕 ,

永远不要让你的灵魂悲伤，生活在痛苦和恐惧之中。

[sɪns] [hiː; hi] [huː] [lʌvd] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][daɪd][tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː][laɪf][ɪz][səʊ] [gʊd] ,
since He who loved it and died to give it life is so good ,
自从 他 WHO 喜爱 它 和 死亡 到 给 它 生活 是 所以 好的 ,

祂爱它，并为赋予它生命而牺牲，祂是如此良善。

[səʊ] [swiːt] , [səʊ]['eɪmiəb(ə)l] . - .
so sweet , so amiable . 19 .
所以 甜的 , 所以 可亲 . - .

真可爱，真和蔼。19.

[tuː; tə][lɪv; laɪv] [kən'tentɪdli] [ɪn]['aʊə(r)]['eksaɪl] ,
To live contentedly in our exile ,
到 居住 心满意足地 在 我们的 流亡 ,

为了在流亡中安然生活，

[wiː; wi][mʌst; məst] [kiːp] [bɪ'fɔː(r)]['aʊə(r)] [aɪz] [ðə; ði][həʊp][ɒv; əv]['aʊə(r)][ə'raɪv(ə)l][ɪn][ðə; ði] ['kʌntri]
we must keep before our eyes the hope of our arrival in the country
我们 必须 保持 前 我们的 眼睛 这 希望 的 我们的 到达 在 这 国家
[weə(r)] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][lɪv; laɪv][fɔː(r); fə(r)]['evə(r)] . - .
where we shall live for ever . 20 .
在哪里 我们 将 居住 为了 曾经 . - .

我们必须始终怀着抵达我们将永远居住的国家的希望。20.

[gɒd] , [huː] [kɔːlz] [ˌjuː 'es] [tuː; tə] [hɪm] , [siːz] [haʊ] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ə'prəʊtʃɪŋ] ,

God	,	who	calls	us	to	Him	,	sees	how	we	are	approaching	,
上帝	,	WHO	呼叫	我们	到	他	,	看到	如何	我们	是	接近	,

上帝呼召我们归向祂，祂也看到我们是如何接近祂的。

[ænd; ənd] [wɪl] ['nevə(r)] [pə'mɪt] ['eniθɪŋ] [tuː; tə] ['hæpən] [bʌt; bət] [wɒt] [ɪz] [fɔː(r); fə(r)] ['aʊə(r)] ['greɪtə(r)]

and	will	never	permit	anything	to	happen	but	what	is	for	our	greater
和	将要	绝不	允许	任何事物	到	发生	但	什么	是	为了	我们的	更大的

[gʊd] . - .

good	.	1521	.
好的	.	-	.

并且绝不会允许任何对我们更大的利益不利的事情发生。1521.

[gɒd] [nəʊz] [wɒt] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] ,

God	knows	what	we	are	,
上帝	知道	什么	我们	是	,

上帝知道我们是什么，

[ænd; ənd] [wɪl] [həʊld] [aʊt] [hɪz; ɪz] [pə'tɜːnl] [hænd] [tuː; tə] [ˌjuː 'es] [ɪn] [ə; eɪ] ['dɪfɪkəlt] [step] ,

and	will	hold	out	his	paternal	hand	to	us	in	a	difficult	step	,
和	将要	抓住	出去	他的	父系	手	到	我们	在	一个	难的	步	,

他会在我们迈出艰难的一步时向我们伸出慈父般的手。

[ɪn] ['ɔːdə(r)] [ðæt] ['nʌθɪŋ] [meɪ] [ə'rest] [ˌjuː 'es] . - .

in	order	that	nothing	may	arrest	us	.	22	.
在	命令	那	没有什么	可能	逮捕	我们	.	-	.

以便任何事物都无法逮捕我们。22.

['nevə(r)] [lʊk] ['fɔːwəd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['æksɪdənts] [ɒv; əv] [laɪf] [wɪð] [ˌæprɪ'henʃn] ;

Never	look	forward	to	the	accidents	of	life	with	apprehension	;
绝不	看	向前	到	这	事故	的	生活	和	忧虑	;

永远不要带着忧虑期待人生中的意外；

[æn'tɪsɪpeɪt] [ðem; ðəm] [wɪð] [ə; eɪ] ['pɜːfɪkt] [həʊp] [ðæt] [gɒd] , [huːz] [tʃaɪld] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] , [wɪl] [dɪ'lɪvə(r)] [juː; jʊ] [frɒm; frəm] [ðem; ðəm] ,

anticipate	them	with	a	perfect	hope	that	God	,	whose	child	you	are	,	will	deliver	you	from	them	,
预料	他们	和	一个	完美的	希望	那	上帝	,	谁	孩子	你	是	,	将要	递送	你	从	他们	,

要满怀希望地去面对它们，因为你是上帝的孩子，上帝会把你从它们手中拯救出来。

[ə'kɔːdɪŋ] [æz; əz] [ðeɪ] [kʌm] . - .

according	as	they	come	.	23	.
根据	作为	他们	来	.	-	.

随缘而至。23.

[gɒd] [hæz; həz] [prɪ'zɜːvd] [juː; jʊ] [səʊ] [fɑː(r)] ;

God	has	preserved	you	so	far	;
上帝	有	保存完好	你	所以	远的	;

上帝一直保佑着你；

['əʊnli] [kiːp] [jɔː'self] ['feɪθf(ə)l] [tuː; tə] [ðə; ði] [lɔː] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] ['prɒvɪdəns] [ænd; ənd] [hiː; hi] [wɪl] [ə'sɪst] [juː; jʊ] [æt; ət] [ɔːl] [taɪmz] ,

only	keep	yourself	faithful	to	the	law	of	his	providence	and	He	will	assist	you	at	all	times	,
仅有的	保持	你自己	忠实	到	这	法律	的	他的	普罗维登斯	和	他	将要	协助	你	在	全部	时代	,

只要你忠于他的旨意，他就会随时帮助你。

[ænd; ənd] [weə(r)] [juː; jʊ] ['kænɒt] [wɔːk] [hiː; hi] [wɪl] ['kæri] [juː; jʊ] . - .

and	where	you	cannot	walk	He	will	carry	you	.	1624	.
和	在哪里	你	不能	走	他	将要	携带	你	.	-	.

凡你无法行走的地方，祂都会背你走。1624

[duː; də][nɒt] [θɪŋk] [ɒv; əv] [wɒt] [meɪ] ['hæpən] [tuː; tə] - ['mɒrəʊ] ,

Do	not	think	of	what	may	happen	to	-	morrow	,
做	不是	思考	的	什么	可能	发生	到	-	明天	,

不要去想明天会发生什么，

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [seɪm] [ɪ'tɜːn(ə)l]['fɑːðə(r)] [huː] [k'eəz] [fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ][tuː; tə] - [deɪ] [wɪl] [keə(r)][fɔː(r); fə(r)]

for	the	same	eternal	Father	who	cares	for	you	to	-	day	will	care	for
为了	这	相同的	永恒	父亲	WHO	关心	为了	你	到	-	天	将要	关心	为了

[juː; jʊ][tuː; tə] - ['mɒrəʊ] [ænd; ənd]['ɔːlweɪz] ;

you	to	-	morrow	and	always	;
你	到	-	明天	和	总是	;

因为那位今天眷顾你的永恒天父，明天也必眷顾你，直到永远；

['aɪðə(r)][hiː; hi] [wɪl] [nɒt] [send] [juː; jʊ] ['trʌb(ə)l] , [ɔː(r)] , [ɪf] [hiː; hi] [dʌz] ,

either	He	will	not	send	you	trouble	,	or	,	if	He	does	,
任何一个	他	将要	不是	发送	你	麻烦	,	或者	,	如果	他	做	,

他要么不会给你带来灾祸，要么，如果他真的给你带来了灾祸，

[hiː; hi] [wɪl] [gɪv] [juː; jʊ][ɪn'vɪnsəb(ə)l] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə][beə(r)][ˌaɪ 'tiː] . - .

He	will	give	you	invincible	courage	to	bear	it	.	25	.
他	将要	给	你	无敌	勇气	到	熊	它	.	-	.

他会给你无所畏惧的勇气去承受这一切。25.

[ðə; ði][tʃaɪld][kæn; kən]['nevə(r)] ['perɪʃ] [huː] [rɪ'meɪnz] [ɪn][ðə; ði][ɑːmz][ɒv; əv][ə; eɪ]['fɑːðə(r)] [huː] [ɪz]

The	child	can	never	perish	who	remains	in	the	arms	of	a	Father	who	is
这	孩子	能	绝不	沦	WHO	遗迹	在	这	武器	的	一个	父亲	WHO	是

[ɔːl'maɪti] . - .

almighty	.	26	.
全能的	.	-	.

留在全能天父怀抱中的孩子永远不会死去。26.

[ɪf] [gɒd] [dʌz] [nɒt] ['ɔːlweɪz] [gɪv] [ˌjuː 'es] [wɒt] [wiː; wi][ɑːsk] ,

If	God	does	not	always	give	us	what	we	ask	,
如果	上帝	做	不是	总是	给	我们	什么	我们	问	,

如果上帝并非总是满足我们的祈求，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə] [kiːp] [ˌjuː 'es][nɪə(r)][hɪm][ænd; ənd] [gɪv] [ˌjuː 'es][æn; ən] [ˌɒpə'tjuːnəti]

it	is	to	keep	us	near	Him	and	give	us	an	opportunity
它	是	到	保持	我们	靠近	他	和	给	我们	一个	机会

这是为了让我们亲近祂，并给我们一个机会。

to17

to17

to17

至17

[ɜːdʒ] [ænd; ənd] [kən'streɪn] [hɪm] [baɪ][ə; eɪ] ['lʌvɪŋ] ['vaɪələns] . - .

urge	and	constrain	Him	by	a	loving	violence	.	27	.
敦促	和	约束	他	经过	一个	爱	暴力	.	-	.

用爱的暴力去敦促和约束他。27.

[bɪ'həʊld] [ðɪs] [greɪt] [ˌɑːtɪ'zæn][ɒv; əv] ['mɜːsi] .

Behold	this	great	Artisan	of	mercy	.
看哪	这	伟大的	工匠	的	怜悯	.

看哪，这位伟大的仁慈工匠！

[hiː; hi] [kən'vəːt] ['aʊə(r)] ['mɪzəriz] ['ɪntuː]['greɪsɪz][ænd; ənd][ðə; ði]['pɔɪz(ə)n][ɒv; əv]['aʊə(r)] [i'nikwəti] ['ɪntuː]

He	converts	our	miseries	into	graces	and	the	poison	of	our	iniquities	into
他	转换	我们的	苦难	进入	恩典	和	这	毒	的	我们的	罪恶	进入

['sæljət(ə)ri] ['remədiz] [fɔː(r); fə(r)]['aʊə(r)] [səʊlz] .

salutary	remedies	for	our	souls	.
有益的	补救措施	为了	我们的	灵魂	.

他将我们的苦难转化为恩典，将我们罪恶的毒害转化为对我们灵魂有益的良药。

[tel] [ˌem ˈiː] , [ai] [preɪ] , [wɒt] [wɪl] [hiː; hi] [nɒt] [duː; də] [wɪð] [ðə; ði] [əˈflikʃən] , [ðə; ði] [ˈleɪbə(r)] ,

Tell	me	,	I	pray	,	what	will	He	not	do	with	the	afflictions	,	the	labours	,
告诉	我	,	我	祈祷	,	什么	将要	他	不是	做	和	这	苦难	,	这	劳动	,

告诉我，我祈求，祂究竟会如何处置这些苦难和劳苦？

[ðə; ði] [pˌɜːsɪkjˈuːʃənz] [wɪtʃ] [əˈseɪl] [ˌjuː ˈes] ? - .

the	persecutions	which	assail	us	?	28	.
这	迫害	哪个	攻击	我们	?	-	.

我们所遭受的迫害？28.

[æn; ən][ˈəʊvə(r)] - [ˈsensətɪv] [maɪnd][kæn; kən][ˈnaɪðə(r)] [rɪˈsiːv] [nɔː(r)][ɪnˈdjʊə(r)] [ˈeniθɪŋ] [wɪˈðaʊt] [ˈtelɪŋ]

An	over	-	sensitive	mind	can	neither	receive	nor	endure	anything	without	telling
一个	超过	-	敏感的	头脑	能	两者都不	收到	也不	忍受	任何事物	没有	讲述

[ɒv; əv][ˌaɪ ˈtiː] ,

of	it	,
的	它	,

过于敏感的人无法接受或忍受任何事情而不诉说出来。

[ænd; ənd][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ˈɔːlweɪz][ə; eɪ][ˈlɪt(ə)l] [əˈstɒnɪʃt] [æt; ət][ðə; ði] [ˈləʊli] [ˈpleɪsɪz] [wɪtʃ] [hjuːˈmɪləti][ænd; ənd]

and	it	is	always	a	little	astonished	at	the	lowly	places	which	humility	and
和	它	是	总是	一个	小的	惊讶	在	这	卑微的	地方	哪个	谦逊	和

[sɪmˈplɪsəti] [tʃuːz] . - .

simplicity	choose	.	1829	.
简单	选择	.	-	.

它总是对谦逊和朴素所选择的卑微之处感到有些惊讶。1829年

[ai] [siː] [juː; jʊ] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)] [ˈvɪgərəs] [hɑːt] [wɪtʃ] [lʌvz] [ænd; ənd] [wɪlz] [ˈpaʊəfəli] .

I	see	you	with	your	vigorous	heart	which	loves	and	wills	powerfully	.
我	看	你	和	你的	蓬勃	心	哪个	爱	和	遗嘱	强大的	.

我看到你那颗充满活力、爱意浓烈、意志坚定的心。

[ai] [laɪk] [ˌaɪ ˈtiː] , [fɔː(r); fə(r)] [wɒt] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [hɑːf] - [ded] [hɑːts] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)] ?

I	like	it	,	for	what	are	those	half	-	dead	hearts	good	for	?
我	喜欢	它	,	为了	什么	是	那些	一半	-	死的	心	好的	为了	?

我喜欢这样，那些奄奄一息的心脏有什么用呢？

[wiː; wi] [mʌst; məst] [meɪk] [ə; eɪ] [pəˈtɪkjələ(r)] [ˈeksəsaɪz] [wʌns] [ˈevri] [wiːk] [ɒv; əv] [ˈwɪlɪŋ] [tuː; tə] [lʌv] [ðə; ði]

We	must	make	a	particular	exercise	once	every	week	of	willing	to	love	the
我们	必须	制作	一个	特别的	锻炼	一次	每一个	星期	的	愿意的	到	爱	这

[wɪl] [ɒv; əv] [gɒd] [mɔː(r)] [ˈtendəli] ,

will	of	God	more	tenderly	,
将要	的	上帝	更多的	温柔地	,

我们必须每周专门进行一次操练，更加温柔地去爱神的旨意。

[mɔː(r)] [əˈfekʃənətli] [ðæn; ðən] [ˈeniθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [wɜːld] , [ænd; ənd] [ðæt] , [tuː] ,

more	affectionately	than	anything	in	the	world	,	and	that	,	too	,
更多的	亲切地	比	任何事物	在	这	世界	,	和	那	,	也	,

比世界上任何事物都更深情，而且，也

[nɒt][ˈəʊnli][ɪn] [ˈbeərəbl] [bʌt; bət][ɪn][ðə; ði][məʊst][ʌnˈbeərəb(ə)l] [ɪˈvents] . - .

not	only	in	bearable	but	in	the	most	unbearable	events	.	30	.
不是	仅有的	在	可以忍受	但	在	这	最多	难以忍受	活动	.	-	.

不仅在可以忍受的事件中，而且在最无法忍受的事件中也是如此。30.

[ˈiːv(ə)n][æt; ət][ə; eɪ][taɪm] [wen] [juː; jʊ][hæd; həd][nɒt][səʊ] [mʌtʃ] [ˈkɒnfɪdəns] [ɪn][gɒd] ,

Even	at	a	time	when	you	had	not	so	much	confidence	in	God	,
甚至	在	一个	时间	什么时候	你	有	不是	所以	很多	信心	在	上帝	,

即使在你对上帝缺乏信心的时候，

[dɪd][juː; jʊ] [ˈperɪʃ] [ɪn] [əˈflɪkʃ(ə)n] ?

did	you	perish	in	affliction	?
做过	你	沦	在	痛苦	?

你是死于苦难吗？

[ðen] [waɪ] [hæv; həv][juː; jʊ][nɒt] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə] [miːt] [ɔːl]['ʌðə(r)]['traɪəlz] ? - .

Then	why	have	you	not	courage	to	meet	all	other	trials	?	1931	.
然后	为什么	有	你	不是	勇气	到	见面	全部	其他	试验	?	-	.

那么，你为何没有勇气面对其他所有的考验呢？1931年

[plɑːnt][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ['dʒiːzəs] [kraɪst] ['kruːsɪfaɪd] ,

Plant	in	your	heart	Jesus	Christ	Crucified	,
植物	在	你的	心	耶稣	基督	被钉在十字架上	,

将耶稣基督钉十字架的形象种在你的心中，

[ænd; ənd][ɔːl][ðə; ðɪ] [krɔːsɪz] [ɒv; əv] [ðɪs] [wɜːld] [wɪl] [siːm] [tuː; tə][juː; jʊ][laɪk]['rəʊzɪz] . - .

and	all	the	crosses	of	this	world	will	seem	to	you	like	roses	.	32	.
和	全部	这	十字架	的	这	世界	将要	似乎	到	你	喜欢	玫瑰	.	-	.

世间所有的苦难在你眼中都会像玫瑰一样美好。32.

[wiː; wi][mʌst; məst][nɒt]['əʊnli][biː; bi] ['wɪlɪŋ] [ðæt] [gɒd] [ʃʊd; ʃəd] [straɪk] [ˌjuː 'es] ,

We	must	not	only	be	willing	that	God	should	strike	us	,
我们	必须	不是	仅有的	是	愿意的	那	上帝	应该	罢工	我们	,

我们不仅要做好接受上帝惩罚的准备，

[bʌt; bət][wiː; wi][mʌst; məst][ək'sept] [ðæt] [hiː; hi][ʃæl; ʃəl] [straɪk] [ˌjuː 'es] [weə(r)] [hiː; hi] [wɪlz] . - .

but	we	must	accept	that	He	shall	strike	us	where	He	wills	.	33	.
但	我们	必须	接受	那	他	将	罢工	我们	在哪里	他	遗嘱	.	-	.

但我们必须接受祂会按照祂的意愿惩罚我们。33.

[lɔːd] ['dʒiːzəs] , [wɪ'ðaʊt] [rɪ'zɜːv] , [wɪ'ðaʊt] [æn; ən] [ɪf] , [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ][bʌt; bət] , [wɪ'ðaʊt] [ɪk'sepʃ(ə)n] ,

Lord	Jesus	,	without	reserve	,	without	an	if	,	without	a	but	,	without	exception	,
主	耶稣	,	没有	预订	,	没有	一个	如果	,	没有	一个	但	,	没有	例外	,

[wɪ'ðaʊt] [ˌlɪmɪ'teɪʃ(ə)n] ,

without	limitation	,
没有	局限性	,

主耶稣，毫无保留，没有如果，没有但是，没有例外，没有限制，

[meɪ] [ðaɪ] ['həʊli] [wɪl] [biː; bi] [dʌn] [ɪn][ɔːl] [θɪŋz] , [æt; ət][ɔːl] [taɪmz] . - .

may	thy	holy	will	be	done	in	all	things	,	at	all	times	.	34	.
可能	你的	圣	将要	是	完毕	在	全部	事物	,	在	全部	时代	.	-	.

愿你的圣意在一切事上、任何时候都得以实现。34.

['deɪli] ['streŋ(k)θn] [jɔː'self] more20

Daily	strengthen	yourself	more20
日常的	加强	你自己	more20

每天增强自己20

[ænd; ənd][mɔː(r)][ɪn][ðə; ðɪ][ˌrezə'luːʃ(ə)n] , [wɪtʃ] [juː; jʊ] [fɔːmd] [wɪð] [səʊ] [mʌtʃ] [ə'fekʃn] :

and	more	in	the	resolution	,	which	you	formed	with	so	much	affection	:
和	更多的	在	这	解决	,	哪个	你	形成	和	所以	很多	感情	:

还有更多，都体现在你倾注了如此深情的决议中：

[ɒv; əv] ['sɜːvɪŋ] [gɒd] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][hɪz; ɪz] [gʊd] ['pleʒə(r)] . - .

of	serving	God	according	to	his	good	pleasure	.	35	.
的	服务	上帝	根据	到	他的	好的	乐趣	.	-	.

按照上帝的旨意事奉他。35.

['nevə(r)] [θɪŋk] [juː; jʊ][hæv; həv] [ə'teɪnd] [ðə; ðɪ]['pjʊərətɪ][ɒv; əv] [hɑːt] [wɪtʃ] [juː; jʊ] [əʊ] [tuː; tə][gɒd]

Never	think	you	have	attained	the	purity	of	heart	which	you	owe	to	God
绝不	思考	你	有	已达到	这	纯度	的	心	哪个	你	欠	到	上帝

[ʌn'tɪl][jɔː(r); jə(r)] [wɪl] [ɪz] ['friːli] [ænd; ənd] ['dʒɔɪfəli] [rɪ'zaɪnd] [tuː; tə][hɪz; ɪz]['həʊli] [wɪl] [ɪn][ɔːl] [θɪŋz] ,

until	your	will	is	freely	and	joyfully	resigned	to	his	holy	will	in	all	things	,
直到	你的	将要	是	自由	和	欣喜地	辞职	到	他的	圣	将要	在	全部	事物	,

永远不要以为你已经达到了你应有的对上帝的纯洁心灵，直到你的意志在一切事上都自由而喜乐地顺服于他的神圣旨意。

['i:v(ə)n][ɪn][ðə; ði][məʊst] [rɪ'pʌgnənt] . - .

even	in	the	most	repugnant	.	36	.
甚至	在	这	最多	令人厌恶的	.	-	.

即使在最令人厌恶的情况下。36.

[rɪ'gɑ:d] [nɒt][ðə; ði] [ə'pɪərəns] [ɒv; əv][ðə; ði] [θɪŋz] [ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)][tu:; tə][du:; də] , [bʌt; bət]

Regard	not	the	appearance	of	the	things	you	are	to	do	,	but
看待	不是	这	外貌	的	这	事物	你	是	到	做	,	但

不要在意你所要做的事情的表面形式，而要注重实际行动。

[hɪm] [hu:] [kə'mændz] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [hu:] , [wen] [hi:; hi] [pli:z] ,

Him	who	commands	them	,	and	who	,	when	He	pleases	,
他	WHO	命令	他们	,	和	WHO	,	什么时候	他	请	,

祂统领他们，并且当祂愿意时，

[kæn; kən] [ə'kʌmplɪʃ] [hɪz; ɪz]['glɔ:ri][ænd; ənd]['aʊə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] [θru:] [ðə; ði][məʊst] [ɪm'pɜ:fɪkt]

can	accomplish	his	glory	and	our	perfection	through	the	most	imperfect
能	完成	他的	荣耀	和	我们的	完美	通过	这	最多	不完善

[ænd; ənd]['traɪflɪŋ] [θɪŋz] . - .

and	trifling	things	.	2137	.
和	琐事	事物	.	-	.

祂能通过最不完美、最微不足道的事物成就祂的荣耀和我们的完美。2137.

[ə; eɪ] [tru:] ['sɜ:vənt] [ɒv; əv][gɒd][hæz; həz][nəʊ][keə(r)][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ði] ['mɒrəʊ] ;

A	true	servant	of	God	has	no	care	for	the	morrow	;
一个	真的	仆人	的	上帝	有	不	关心	为了	这	明天	;

真正侍奉上帝的人不会为明天担忧；

[hi:; hi] [pəfɔ:mz] ['feɪθfəli] [wɒt] [ɪz][rɪ'kwaɪəd][ɒv; əv][hɪm][tu:; tə] - [deɪ] ,

he	performs	faithfully	what	is	required	of	him	to	-	day	,
他	表演	忠实	什么	是	必需的	的	他	到	-	天	,

他忠实地履行了今天需要他做的一切。

[ænd; ənd][tu:; tə] - ['mɒrəʊ] [hi:; hi] [wɪl] [du:; də] [wɒt] [ɪz][rɪ'kwaɪəd][ɒv; əv][hɪm] [wɪ'ðaʊt] [ə; eɪ] [wɜ:d] . - .

and	to	-	morrow	he	will	do	what	is	required	of	him	without	a	word	.	38	.
和	到	-	明天	他	将要	做	什么	是	必需的	的	他	没有	一个	单词	.	-	.

明天他将默默地完成他被要求做的事情。38.

[səʊ] , [nəʊ]['mætə(r)] [haʊ] [gɒd] [tri:ts] [ju:; jʊ] , [ˌaɪ 'ti:][ɪz][ɔ:l][ðə; ði] [seɪm] [tu:; tə][ju:; jʊ] , [ju:; jʊ] [tel] [ˌem 'i:] .

So	,	no	matter	how	God	treats	you	,	it	is	all	the	same	to	you	,	you	tell	me	.
所以	,	不	事情	如何	上帝	款待	你	,	它	是	全部	这	相同的	到	你	,	你	告诉	我	.

. . .

: : :

. . .

所以，不管上帝如何对待你，你都无所谓，你告诉我.....

[ɑ:] !

Ah	!
啊	!

啊!

[haʊ] ['sʌd(ə)nli] [self] - [lʌv] [in'sinjueit] [ɪt'self]['ɪntu:]['aʊə(r)] [ə'fekʃən] , [haʊ'evə(r)] [dɪ'vaʊt] [ðeɪ] [meɪ]

how	suddenly	self	-	love	insinuates	itself	into	our	affections	,	however	devout	they	may
如何	突然	自己	-	爱	暗示	本身	进入	我们的	情感	,	然而	虔诚的	他们	可能

[ə'pɪə(r)] . - .

appear	.	39	.
出现	.	-	.

自爱是如何突然潜入我们看似虔诚的感情中的。39.

[hɪə(r)][ɪz][ðə; ði] [greɪt] ['les(ə)n] : [wi:; wi][mʌst; məst][dɪ'skʌvə(r)][gɑ:dz] [wɪl] , [ænd; ənd] , ['rekəgnaɪz] [ˌaɪ 'ti:]

Here	is	the	great	lesson	:	We	must	discover	God's	will	,	and	,	recognising	it
这里	是	这	伟大的	课	:	我们	必须	发现	神的	将要	,	和	,	识别	它

,

,

,

这里有一个重要的教训：我们必须发现上帝的旨意，并且认识到它，

[wi:; wi][mʌst; məst] [ɪn'devə(r)] [tu:; tə][du:; də][ˌaɪ 'ti:] ['dʒɔɪfəli] , [ɔ:(r)][æt; ət] [li:st] [kə'reɪdʒəsli] . - .

we	must	endeavour	to	do	it	joyfully	,	or	at	least	courageously	.	2240	.
我们	必须	努力	到	做	它	欣喜地	,	或者	在	至少	勇敢地	.	-	.

我们必须努力快乐地，或者至少勇敢地去做这件事。2240。

[ðə; ði] [mi:k] ['seɪvjə(r)] [wʊd] [hæv; həv][ˌju: 'es] [mi:k] , [səʊ] [ðæt] , [ðəʊ] [sə'raʊndɪd] [baɪ][ðə; ði]

The	meek	Saviour	would	have	us	meek	,	so	that	,	though	surrounded	by	the
这	温顺	救主	会	有	我们	温顺	,	所以	那	,	尽管	包围	经过	这

[wɜ:ld] [ænd; ənd][ðə; ði] [fleʃ] ,

world	and	the	flesh	,
世界	和	这	肉	,

谦和的救主希望我们谦和，这样，即使身处世俗和肉体的诱惑之中，

[wi:; wi] [meɪ] [lɪv; laɪv][baɪ][ðə; ði]['spɪrɪt] ; [ðæt] , [ə'mɪdst][ðə; ði]['vænətɪz][ɒv; əv] [ɜ:θ] , [wi:; wi] [meɪ] [lɪv; laɪv]

we	may	live	by	the	Spirit	;	that	,	amidst	the	vanities	of	earth	,	we	may	live
我们	可能	居住	经过	这	精神	;	那	,	在……之中	这	虚荣心	的	地球	,	我们	可能	居住

[ɪn] ['hev(ə)n] ;

in	heaven	;
在	天堂	;

我们可以靠圣灵而活；这样，在世俗的虚妄中，我们却能活在天堂里；

[ðæt] , ['lɪvɪŋ] [ə'mʌŋ] [men] , [wi:; wi] [meɪ] [preɪz] [hɪm] [wɪð] [ðə; ði]['eɪndʒəls] . - .

that	,	living	among	men	,	we	may	praise	Him	with	the	angels	.	41	.
那	,	活的	之中	男人	,	我们	可能	称赞	他	和	这	天使	.	-	.

这样，我们生活在人类之中，就可以与天使一同赞美他。41.

[ðə; ði] [saɪt] [ə'ləʊn][ɒv; əv]['aʊə(r)][dɪə(r)]['dʒi:zəs] ['kru:sɪfaɪd] [kæn; kən] ['spi:dəli] ['sɒfn] [ɔ:l] ['sɒrəʊz] ,

The	sight	alone	of	our	dear	Jesus	crucified	can	speedily	soften	all	sorrows	,
这	视线	独自的	的	我们的	亲爱的	耶稣	被钉在十字架上	能	迅速地	软化	全部	悲伤	,

单是看到我们亲爱的耶稣被钉在十字架上的模样，就能迅速抚平所有的悲伤。

[wɪtʃ] [ɑ:(r); ə(r)][bʌt; bət] ['flaʊəz] [kəm'peəd] [wɪð] [hɪz; ɪz] [θɔ:nz] .

which	are	but	flowers	compared	with	his	thorns	.
哪个	是	但	花朵	比较的	和	他的	荆棘	.

与他的荆棘相比，这些都不过是花朵。

[ænd; ənd] [ðen] ['aʊə(r)] [greɪt] ['rɒndɪvu:; 'rɒndeɪvu:][ɪz][æn; ən][ɪ'tɜ:n(ə)l] ['hev(ə)n] ; [ænd; ənd] [kəm'peəd]

And	then	our	great	rendezvous	is	an	eternal	heaven	;	and	compared
和	然后	我们的	伟大的	会合	是	一个	永恒	天堂	;	和	比较的

[wɪð] [ðə; ði] [praɪs] [ɒv; əv] [ɪ'tɜ:nəti] ,

with	the	price	of	eternity	,
和	这	价格	的	永恒	,

然后，我们最终的相遇便是永恒的天堂；而与永恒的代价相比，

[wɒt] [ɑ:(r); ə(r)][ðə; ði] [θɪŋz] [wɪtʃ] [end] [wɪð] [taɪm] ? - .

what	are	the	things	which	end	with	time	?	2342	.
什么	是	这	事物	哪个	结尾	和	时间	?	-	.

哪些事物会随着时间而终结？2342.

[kən'tɪnju:] [tu:; tə][ju'naɪt] [jɔ:'self] [mɔ:(r)][ænd; ənd][mɔ:(r)] [wɪð] ['aʊə(r)] [lɔ:d] .

Continue	to	unite	yourself	more	and	more	with	our	Lord	.
继续	到	团结	你自己	更多的	和	更多的	和	我们的	主	.

要继续与我们的主越来越紧密地联系在一起。

[plʌndʒ] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ['ɪntuː][ðə; ði] ['tʃærəti] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] , [ænd; ənd] [seɪ] ['ɔːlweɪz] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)]
Plunge **your** **heart** **into** **the** **charity** **of** **his** **,** **and** **say** **always** **with** **your**
暴跌 你的 心 进入 这 慈善机构 的 他的 , 和 说 总是 和 你的
[həʊl] [səʊl] :
whole **soul** **:**
所有的 灵魂 :

将你的心完全投入到他的仁慈之中，并始终全心全意地说：

“ [meɪ] [aɪ][daɪ][ænd; ənd] [meɪ] ['dʒiːzəs][lɪv; laɪv] !
“ **May** **I** **die** **and** **may** **Jesus** **live** **!**
“ 可能 我 死 和 可能 耶稣 居住 !

“愿我死，愿耶稣活！”

” ['aʊə(r)] [deθ] [wɪl] [biː; bi][ə; eɪ] ['hæpi] [wʌn] [ɪf] [wiː; wi][hæv; həv][daɪd] ['deɪli] . - .
” **Our** **death** **will** **be** **a** **happy** **one** **if** **we** **have** **died** **daily** **.** **43** **.**
” 我们的 死亡 将要 是 一个 快乐的 一 如果 我们 有 死亡 日常的 . - .

“如果我们每天都死去，那么我们的死亡将是快乐的。”43.

[ðə; ði] [rɪ'pʌgnəns] [juː; jʊ] [fiːl] ['testifai] [nəʊ][wɒnt][ɒv; əv] [lʌv] ; [fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] [siːm] [tuː; tə][ˌem 'iː]
The **repugnance** **you** **feel** **testifies** **no** **want** **of** **love** **;** **for** **it** **seems** **to** **me**
这 厌恶 你 感觉 作证 不 想 的 爱 ; 为了 它 似乎 到 我
[ðæt] ,
that **,**
那 ,

你所感受到的厌恶并不表明你缺乏爱；因为在我看来，

[ɪf] [wiː; wi] [bɪ'liːvd] [ðæt] ['biːɪŋ] [flei] [gɒd] [wʊd] [lʌv] [ˌjuː 'es][mɔː(r)][wiː; wi] [wʊd] [fleɪ] [ɑː'selvz] ,
if **we** **believed** **that** **being** **flayed** **God** **would** **love** **us** **more** **we** **would** **flay** **ourselves** **,**
如果 我们 相信 那 存在 剥皮 上帝 会 爱 我们 更多的 我们 会 剥皮 我们自己 ,

如果我们相信被剥皮会让上帝更爱我们，我们就会剥去自己的皮。

[nɒt] [wɪ'ðaʊt] [rɪ'pʌgnəns] , [bʌt; bət][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][ðə; ði] [rɪ'pʌgnəns] . - .
not **without** **repugnance** **,** **but** **in** **spite** **of** **the** **repugnance** **.** **44** **.**
不是 没有 厌恶 , 但 在 尽管如此 的 这 厌恶 . - .

虽然感到厌恶，但还是克服了这种厌恶。44.

['kʌltɪveɪt] [nɒt]['əʊnli][ə; eɪ]['sɒlɪd] [lʌv] , [bʌt; bət][ə; eɪ]['tendə(r)] , ['dʒent(ə)l] , [miːk] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)]
Cultivate **not** **only** **a** **solid** **love** **,** **but** **a** **tender** **,** **gentle** **,** **meek** **love** **for**
培育 不是 仅有的 一个 坚硬的 爱 , 但 一个 投标 , 温和的 , 温顺 爱 为了
those24
those24
those24

不仅要培养坚定的爱，更要培养温柔、谦逊、温顺的爱。24

[ə'baʊt] [juː; jʊ] ; [ai][hæv; həv] ['lɜːnɪd] [frɒm; frəm] [ɪk'spɪəriəns] [ðæt] [in'fəːməti] [dɪ'strɔɪ] , [nɒt]['aʊə(r)]
about **you** **;** **I** **have** **learned** **from** **experience** **that** **infirmities** **destroy** **,** **not** **our**
关于 你 ; 我 有 学习 从 经验 那 弱点 破坏 , 不是 我们的
['tʃærəti] ,
charity **,**
慈善机构 ,

关于你；我从经验中得知，疾病会摧毁的，不是我们的仁慈。

[bʌt; bət]['aʊə(r)] ['miːknəs] [tə'wɔːdz] ['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] , [ɪf] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][nɒt] ['strɒŋli] [ɒn]['aʊə(r)]
but **our** **meekness** **towards** **our** **neighbour** **,** **if** **we** **are** **not** **strongly** **on** **our**
但 我们的 谦逊 向 我们的 邻居 , 如果 我们 是 不是 强烈 在 我们的
[gɑːd] . - .
guard **.** **45** **.**
警卫 . - .

但如果我们不时刻保持警惕，我们对邻居的谦卑就会造成伤害。45.

[lɔːd] ['dʒiːzəs] ,
Lord Jesus ,
主 耶稣 ,

主耶稣，

[wɒt] [truː] ['hæpinəs] [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][səʊl] ['kənsə,kreitid][tuː; tə][gɒd][tuː; tə][biː; bi] ['strɒŋli] ['eksəd]
what true happiness for a soul consecrated to God to be strongly exercised
什么 真的 幸福 为了 一个 灵魂 已祝圣的 到 上帝 到 是 强烈 锻炼
[ɪn][ˌtrɪbju'leɪʃ(ə)n][bɪ'fɔː(r)] ['liːvɪŋ] [ðɪs] [laɪf] ! - .
in tribulation before leaving this life ! 46 .
在 苦难 前 离开 这 生活 ! - .

对于献身于上帝的灵魂来说，在离开人世之前经历苦难的磨练是多么真正的幸福啊！46.

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] [nəʊ] [fræŋk] , ['ɑːd(ə)nt] [lʌv] [bʌt; bət][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv] [θɔːnz] ,
How can we know frank , ardent love but in the midst of thorns ,
如何 能 我们 知道 坦率 , 热心 爱 但 在 这 中间 的 荆棘 ,

我们怎能在荆棘丛中才体会到坦诚炽热的爱情?

[krɔːsɪz] , ['wɪərinəs] , [ə'bʌv] [ɔːl] , [wen] [ðɪs] ['wɪərinəs] [ɪz] [prə'lɒŋd] ? - .
crosses , weariness , above all , when this weariness is prolonged ? 47 .
十字架 , 疲劳 , 多于 全部 , 什么时候 这 疲劳 是 延长 ? - .

十字架，疲惫，尤其是当这种疲惫持续下去时？47.

['nʌθɪŋ] [kæn; kən] [gɪv] [juː 'es] [diːpə(r)] peace25
Nothing can give us deeper peace25
没有什么 能 给 我们 更深 peace25

没有什么能给我们带来更深的平静25

[ɪn] [ðɪs] [wɜːld] [ðæn; ðən][tuː; tə] ['friːkwəntli] ['kɒntəmpleɪt] ['aʊə(r)] [lɔːd] [ɪn][ɔːl][ðə; ði] [ə'flikʃən] [hiː; hi]
in this world than to frequently contemplate our Lord in all the afflictions He
在 这 世界 比 到 频繁地 沉思 我们的 主 在 全部 这 苦难 他
[ɪn'djʊəd] [frɒm; frəm][hɪz; ɪz] [bɜːθ] [tuː; tə][hɪz; ɪz] [deθ] :
endured from his birth to his death :
忍受 从 他的 出生 到 他的 死亡 :

在这个世界上，与其经常默想我们的主从出生到死亡所遭受的一切苦难，不如去思考这些苦难：

[kən'tempt] , ['kæləmni] , ['pɒvəti] , [æb'dʒekʃən] , ['wɪərinəs] , ['sʌfərɪŋ] , ['neɪkɪdnəs] , [rɔŋ, rɔːŋ] ,
contempt , calumnies , poverty , abjection , weariness , suffering , nakedness , wrongs ,
鄙视 , 诽谤 , 贫困 , 落魄 , 疲劳 , 痛苦 , 裸体 , 错误 ,
[ænd; ənd] [griːf] [ɒv; əv] ['evri] [kaɪnd] . - .
and grief of every kind . 48 .
和 悲伤 的 每一个 种类 . - .

轻蔑、诽谤、贫穷、卑贱、疲惫、痛苦、赤身裸体、冤屈和各种各样的悲伤。48.

[ə; eɪ] [hɑːt] [wɪtʃ] [i'stiːm] [ænd; ənd] ['grændli] [lʌvz] ['dʒiːzəs] ['kruːsɪfaɪd] , [lʌvz] [hɪz; ɪz] [deθ] , [hɪz; ɪz]
A heart which esteems and grandly loves Jesus crucified , loves his death , his
一个 心 哪个 尊重 和 宏伟 爱 耶稣 被钉在十字架上 , 爱 他的 死亡 , 他的
['sʌfərɪŋz] ,
sufferings ,
苦难 ,

一颗敬畏并深爱被钉十字架的耶稣的心，爱他的死亡和他的苦难，

[hɪz; ɪz] [ɪn'sʌlts] , [hɪz; ɪz] ['pɒvəti] , [hɪz; ɪz]['hʌŋgə(r)] , [hɪz; ɪz] [θɜːst] ;
his insults , his poverty , his hunger , his thirst ;
他的 侮辱 , 他的 贫困 , 他的 饥饿 , 他的 口渴 ;

他的侮辱、他的贫困、他的饥饿、他的干渴；

[ænd; ənd] [wen] ['dʒiːzəs][grɑːnts] [ðɪs] [hɑːt] [ə; eɪ] [smɔːl] [ʃeə(r)] [ɪn][ðem; ðəm] ,
and when Jesus grants this heart a small share in them ,
和 什么时候 耶稣 拨款 这 心 一个 小的 分享 在 他们 ,

当耶稣赐予这颗心一点点的福分时，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][ˈdʒuːbɪlənt] [wɪð] [ˈglædnəs] [ænd; ənd] [ˈlʌvɪŋli] [imˈbreis] [ðem; ðəm] . - .

it	is	jubilant	with	gladness	and	lovingly	embraces	them	.	49	.
它	是	喜庆	和	欢乐	和	深情地	拥抱	他们	.	-	.

它欢欣雀跃，深情地拥抱他们。49.

[ˈevri] [deɪ] , [nɒt][ɪn] [preə(r)] , [bʌt; bət][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [wɔːks] , [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [rɪˈkɔːl] to26

Every	day	,	not	in	prayer	,	but	in	your	walks	,	you	should	recall	to26
每一个	天	,	不是	在	祷告	,	但	在	你的	散步	,	你	应该	记起	to26

每天，不是在祈祷中，而是在散步时，你都应该记住26

[maɪnd][ˈaʊə(r)] [lɔːd] [əˈmɪd][ðə; ði] [θɔːnz] [ɒv; əv][ˈaʊə(r)] [rɪˈdempʃn] ,

mind	our	Lord	amid	the	thorns	of	our	redemption	,
头脑	我们的	主	之中	这	荆棘	的	我们的	赎回	,

在救赎之路的荆棘丛中，要谨记我们的主。

[ænd; ənd][kənˈsɪdə(r)] [wɒt] [ˈhæpinəs] [ˌaɪ ˈtiː] [wʊd] [biː; bi][tuː; tə] [ʃeə(r)] [ðem; ðəm] . - .

and	consider	what	happiness	it	would	be	to	share	them	.	50	.
和	考虑	什么	幸福	它	会	是	到	分享	他们	.	-	.

想想与人分享这些会是多么幸福啊。50.

[let] [ˌjuː ˈes] [ˈfeɪθfəli] [ˈkʌltɪveɪt] [ðæt] [ˌrezɪgˈneɪʃ(ə)n][ænd; ənd][pjʊə(r)] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] [wɪtʃ] [ɪz][ˈnevə(r)]

Let	us	faithfully	cultivate	that	resignation	and	pure	love	of	God	which	is	never
让	我们	忠实	培育	那	辞职	和	纯的	爱	的	上帝	哪个	是	绝不

['həʊlli] ['præktɪst] [bʌt; bət][əˈmɪd] ['sʌfərɪŋz] ;

wholly	practised	but	amid	sufferings	;
完全	已实践	但	之中	苦难	;

让我们虔诚地培养那种顺从和对上帝的纯粹的爱，这种爱只有在苦难中才能完全实践；

[fɔː(r); fə(r)][tuː; tə] [lʌv] [gɒd] , [wen] [hiː; hi] [fiːdz] [ˌjuː ˈes] [wɪð] ['swiːtnəs] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [mɔː(r)][ðæn; ðən]

for	to	love	God	,	when	He	feeds	us	with	sweetness	is	nothing	more	than
为了	到	爱	上帝	,	什么时候	他	饲料	我们	和	甜味	是	没有什么	更多的	比

['tʃɪldrən] [duː; də] ;

children	do	;
孩子们	做	;

因为爱上帝，就像爱孩子一样，当他用甜蜜的恩典喂养我们时；

[bʌt; bət][tuː; tə] [lʌv] [hɪm] [wen] [hiː; hi] [fiːdz] [ˌjuː ˈes] [wɪð] [gɔːl][ɪz][tuː; tə]['ɒfə(r)][hɪm][ðə; ði][kʌp][ɒv; əv]

but	to	love	Him	when	He	feeds	us	with	gall	is	to	offer	Him	the	cup	of
但	到	爱	他	什么时候	他	饲料	我们	和	癯	是	到	提供	他	这	杯子	的

['aʊə(r)] ['lʌvɪŋ] [fɪˈdeləti] . - .

our	loving	fidelity	.	51	.
我们的	爱	忠诚	.	-	.

但是，当祂用胆汁喂养我们时，我们爱祂，就是将我们爱的忠诚之杯献给祂。51.

[ai] [ˌrekəˈmend] [juː; jʊ][tuː; tə][gɒd] , [ðæt] [juː; jʊ] [meɪ] [əbˈteɪn][ðə; ði][gɪft][ɒv; əv]['həʊli] ['peɪʃ(ə)ns] ;

I	recommend	you	to	God	,	that	you	may	obtain	the	gift	of	holy	patience	;
我	推荐	你	到	上帝	,	那	你	可能	获得	这	礼物	的	圣	耐心	;

我向上帝祈求，愿你获得圣洁的忍耐之恩；

[ænd; ənd][ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt][ɪn][maɪ]['paʊə(r)][tuː; tə] propose27

and	it	is	not	in	my	power	to	propose27
和	它	是	不是	在	我的	力量	到	propose27

我无权提议27

[tuː; tə][hɪm] ['eniθɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ] , [seɪv] [ðæt] [hiː; hi] [meɪ] , [əˈkɔːdɪŋ] [tuː; tə][hɪz; ɪz]['həʊli] [wɪl] ,

to	Him	anything	for	you	,	save	that	He	may	,	according	to	his	holy	will	,
到	他	任何事物	为了	你	,	节省	那	他	可能	,	根据	到	他的	圣	将要	,

除了祂按照祂神圣的旨意所愿之外，你什么都不能交给祂。

['fæʃ(ə)n] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [fɔː(r); fə(r)][hɪz; ɪz] ['dwelɪŋ] , [ænd; ənd] [reɪn] [ðeə(r)] [ɪˈtɜːnəli] ;

fashion	your	heart	for	his	dwelling	,	and	reign	there	eternally	;
时尚	你的	心	为了	他的	住宅	,	和	在位	那里	永恒	;

要塑造你的心，使其适合他的居所，并永远在那里作王；

[ænd; ənd] ['weðə(r)] [hi:; hi] ['fæʃ(ə)n] [ˌaɪ 'ti:] [wɪð] [ðə; ði] [brʌʃ] , [ðə; ði] ['hæmə(r)] , [ɔ:(r)][ðə; ði]['tʃɪz(ə)l] ,

and	whether	He	fashion	it	with	the	brush	,	the	hammer	,	or	the	chisel	,
和	无论	他	时尚	它	和	这	刷子	,	这	锤	,	或者	这	凿	,

无论祂是用刷子、锤子还是凿子来塑造它，

[mʌst; məst][bi:; bi] [ə'kɔ:dɪŋ] [tu:; tə][hɪz; ɪz] [gʊd] ['pleʒə(r)] . - .

must	be	according	to	his	good	pleasure	.	52	.
必须	是	根据	到	他的	好的	乐趣	.	-	.

必须按照他的意愿来。52.

[ðə; ði] [hɑ:t] [wɪtʃ] [ju'naɪts][ɪt'self][tu:; tə][ðə; ði] [hɑ:t] [ɒv; əv][gɒd] ['kænɒt] [help] ['lʌvɪŋ] [ænd; ənd]

The	heart	which	unites	itself	to	the	Heart	of	God	cannot	help	loving	and
这	心	哪个	联合	本身	到	这	心	的	上帝	不能	帮助	爱	和

[ək'septɪŋ] [wɪð] ['swi:tnəs] [ðə; ði] ['ærəus] [wɪð] [wɪtʃ] [gɒd] [piəs] [ˌaɪ 'ti:] . - .

accepting	with	sweetness	the	arrows	with	which	God	pierces	it	.	53	.
接受	和	甜味	这	箭头	和	哪个	上帝	穿孔	它	.	-	.

与天主圣心合一的心，必然会欣然接受天主射向它的箭矢。53.

[ai][dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [jɔ:(r); jə(r)] [krɒs] [ænd; ənd] [maɪn] [ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['həʊlli] [ðə; ði] [krɒs] [ɒv; əv]['dʒi:zəs]

I	desire	that	your	cross	and	mine	should	be	wholly	the	cross	of	Jesus
我	欲望	那	你的	叉	和	矿	应该	是	完全	这	叉	的	耶稣

[kraɪst] ;

Christ	;
基督	;

我希望你我的十字架完全成为耶稣基督的十字架；

[ænd; ənd][æz; əz][tu:; tə][ðə; ði][ˌɪmpə'zɪʃ(ə)n] of28

and	as	to	the	imposition	of28
和	作为	到	这	征收	of28

至于28的实施

[ðɪs] [ɔ:(r)] [ðæt] ['bɜ:d(ə)n] , [ɔ:(r)] ['meɪkɪŋ] ['eni] [tʃɔɪs] ,

this	or	that	burden	,	or	making	any	choice	,
这	或者	那	负担	,	或者	制作	任何	选择	,

这样或那样的负担，或者做出任何选择，

[gɒd] [nəʊz] [wɒt] [hi:; hi][ɪz] ['du:ɪŋ] [ænd; ənd] [waɪ] [hi:; hi] [dʌz] [ˌaɪ 'ti:] — [ˌaɪ 'ti:][ɪz] ['sɜ:t(ə)nli] [fɔ:(r); fə(r)]

God	knows	what	He	is	doing	and	why	He	does	it	—	it	is	certainly	for
上帝	知道	什么	他	是	正在做	和	为什么	他	做	它	—	它	是	当然	为了

['aʊə(r)] [gʊd] . - .

our	good	.	54	.
我们的	好的	.	-	.

上帝知道祂在做什么，也知道祂为什么这样做——这当然是为了我们好。54.

['aʊə(r)] [swi:t] ['seɪvjə(r)][ɪz] [pli:zd] [ðæt] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [spi:k] [tu:; tə] [hɪm] [ɒv; əv][ðə; ði] ['trʌb(ə)l] [hi:; hi]

Our	sweet	Saviour	is	pleased	that	we	should	speak	to	Him	of	the	trouble	He
我们的	甜的	救主	是	高兴	那	我们	应该	说话	到	他	的	这	麻烦	他

[sendz] [ˌju: 'es] ,

sends	us	,
发送	我们	,

我们慈爱的救主很高兴我们向祂倾诉祂赐予我们的苦难。

[ænd; ənd] [ðæt] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [kəm'pleɪn] , [prə'vaɪdɪd][ˌaɪ 'ti:][bi:; bi] ['lʌvɪŋli] [ænd; ənd] ['hʌmbli] , [ænd; ənd]

and	that	we	should	complain	,	provided	it	be	lovingly	and	humbly	,	and
和	那	我们	应该	抱怨	,	假如	它	是	深情地	和	谦卑地	,	和

[tu:; tə] [hɪm'self] ,

to	Himself	,
到	他本人	,

我们应该抱怨，但前提是出于爱和谦卑，并且是向祂抱怨。

[dʒʌst][æz; əz]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [du:; də] [wen] [ðeə(r)]['mʌðə(r)][hæz; həz] ['pʌnɪʃt] [ðem; ðəm] . - .

just	as	little	children	do	when	their	mother	has	punished	them	.	55	.
只是	作为	小的	孩子们	做	什么时候	他们的	母亲	有	受到惩罚	他们	.	-	.

就像小孩子被妈妈惩罚时一样。55.

[gɒd] ['wɪʃɪz] [ðæt] , [laɪk][dʒɒb] , [aɪ][ʃʊd; ʃəd] [sɜ:v] [hɪm][ɪn][ðə; ðɪ][mɪdst][ɒv; əv]['draɪnəs] ,

God	wishes	that	,	like	Job	,	I	should	serve	Him	in	the	midst	of	dryness	,
上帝	愿望	那	,	喜欢	工作	,	我	应该	服务	他	在	这	中间	的	干燥	,

上帝希望我像约伯一样，在困境中侍奉他。

['sʌfərɪŋ] , [ænd; ənd][temp'teɪʃ(ə)n] ; [laɪk][ˌes 'ti:] . [pɔ:l] , [ðæt] [aɪ][ʃʊd; ʃəd] [sɜ:v] [hɪm] according29

suffering	,	and	temptation	;	like	St	.	Paul	,	that	I	should	serve	Him	according29
痛苦	,	和	诱惑	;	喜欢	英石	.	保罗	,	那	我	应该	服务	他	according29

苦难和试探；像圣保罗一样，使我能够按照他的教导服侍他。29

[tu:; tə][hɪz; ɪz][dɪ'zaɪə(r)] .

to	his	desire	.
到	他的	欲望	.

满足他的愿望。

[ju:; jʊ] [wɪl] [si:] [ðæt] [wʌn] [deɪ] [hi:; hi] [wɪl] [du:; də][ɔ:l][ænd; ənd]['i:v(ə)n][mɔ:(r)][ðæn; ðən][ju:; jʊ][kæn; kən]

You	will	see	that	one	day	He	will	do	all	and	even	more	than	you	can
你	将要	看	那	一	天	他	将要	做	全部	和	甚至	更多的	比	你	能

[dɪ'zaɪə(r)] . - .

desire	.	56	.
欲望	.	-	.

你会明白，总有一天，他会为你做一切，甚至做更多，超出你的想象。56.

[aɪ] [preɪz] [gɒd][fɔ:(r); fə(r)][ðə; ðɪ] ['kɒnstənsi] [wɪð] [wɪtʃ] [ju:; jʊ][beə(r)] [ˌtrɪbju'leɪʃnz] .

I	praise	God	for	the	constancy	with	which	you	bear	tribulations	.
我	称赞	上帝	为了	这	恒常	和	哪个	你	熊	苦难	.

我赞美上帝，因为你以坚忍不拔的精神忍受苦难。

[ˌnevəðə'les] [aɪ] [stɪl] [si:] [ɪn][ju:; jʊ][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['əʊvə(r)] - ['i:gənəs] [ænd; ənd] ['restləsnəs] [wɪtʃ]

Nevertheless	I	still	see	in	you	a	little	over	-	eagerness	and	restlessness	which
尽管如此	我	仍然	看	在	你	一个	小的	超过	-	渴望	和	躁动不安	哪个

[fɔ:m] [æn; ən]['ɒbstək(ə)l][tu:; tə][ðə; ðɪ]['faɪn(ə)l] [ɪ'fekt] [ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)] ['peɪʃ(ə)ns] . - .

form	an	obstacle	to	the	final	effect	of	your	patience	.	57	.
形式	一个	障碍	到	这	最终的	影响	的	你的	耐心	.	-	.

然而，我仍然看到你身上有些过分急切和焦躁不安，这阻碍了你耐心最终取得成效。57.

[ðə; ðɪ] [ɪ'fekt] [ɒv; əv] ['peɪʃ(ə)ns] [ɪz][tu:; tə] [pə'zes] [wʌnz] [səʊl] , [ænd; ənd] ,

The	effect	of	patience	is	to	possess	one's	soul	,	and	,
这	影响	的	耐心	是	到	具有	一个人的	灵魂	,	和	,

耐心带来的效果是掌控自己的灵魂，而且，

[ɪn] [prə'pɔ:ʃ(ə)n] [tu:; tə]['aʊə(r)] ['peɪʃ(ə)ns] [du:; də][wi:; wi][ə'kwaɪə(r)] [kəm'pli:t] [ænd; ənd] ['pɜ:fɪkt]

in	proportion	to	our	patience	do	we	acquire	complete	and	perfect
在	部分	到	我们的	耐心	做	我们	获得	完全的	和	完美的

[pə'zeʃ(ə)n] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [səʊl] . - .

possession	of	our	soul	.	58	.
拥有	的	我们的	灵魂	.	-	.

我们的耐心与灵魂的完全和完美程度成正比。58.

[wi:; wi][mʌst; məst] [lu:z] ['evriθɪŋ] rather30

We	must	lose	everything	rather30
我们	必须	失去	一切	rather30

我们必须失去一切，而不是30

[ðæn; ðən] ['kʌrɪdʒ] , ['kɒnfɪdəns] , [ænd; ənd] [gʊd] - [wɪl] . - .

than	courage	,	confidence	,	and	good	-	will	.	59	.
比	勇气	,	信心	,	和	好的	-	将要	.	-	.

比勇气、自信和善意更重要。59.

[wʊd] [tuː; tə] [gɒd] [ðæt] [wiː; wi] [peɪd] ['lɪt(ə)l] [ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə] [ðə; ði] [kən'dɪʃn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [rəʊd]

Would	to	God	that	we	paid	little	attention	to	the	condition	of	the	road
会	到	上帝	那	我们	有薪酬的	小的	注意力	到	这	状况	的	这	路

[wɪtʃ] [ə'lɑːmz] [ˌjuː 'es] ,

which	alarms	us	,
哪个	警报	我们	,

但愿我们当初没有太在意那令人担忧的路况。

[bʌt; bət] [kept] ['aʊə(r)] [aɪz] ['stedəli] [fɪkst] [ə'pɒn] [hɪm] [huː] [gaɪdz] [ˌjuː 'es] ,

but	kept	our	eyes	steadily	fixed	upon	Him	who	guides	us	,
但	保留	我们的	眼睛	稳步	固定的	之上	他	WHO	指南	我们	,

但我们始终将目光坚定地注视着那引导我们的主。

[ænd; ənd] [ðə; ði] ['hæpi] [end] [tuː; tə] [wɪtʃ] [hiː; hi] [liːdz] [ˌjuː 'es] . - .

and	the	happy	end	to	which	He	leads	us	.	60	.
和	这	快乐的	结尾	到	哪个	他	线索	我们	.	-	.

以及祂带领我们走向的美好结局。60.

[wen] [juː; jʊ] [hæv; həv] ['mediteit] [ə'pɒn] [ðə; ði] ['griːvəs] ['æŋgwɪʃ] [wɪtʃ] ['aʊə(r)] ['mɑːstə(r)] [ɪn'djʊəd] [ɪn]

When	you	have	meditated	upon	the	grievous	anguish	which	our	Master	endured	in
什么时候	你	有	冥想	之上	这	严重的	痛苦	哪个	我们的	掌握	忍受	在

[ðə; ði] ['gɑːd(ə)n] ,

the	Garden	,
这	花园	,

当你沉思过我们主在客西马尼园所遭受的巨大痛苦之后，

[ænd; ənd] [ɪn] ['juːniən] [wɪð] [hɪm] [preɪd] [tuː; tə] [ðə; ði] ['fɑːðə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,

and	in	union	with	Him	prayed	to	the	Father	for	consolation	,
和	在	联盟	和	他	祈祷	到	这	父亲	为了	安慰	,

他们与祂一同向天父祈祷，寻求安慰。

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [pliːz] [hɪm] [tuː; tə] [send] [ˌaɪ 'tiː] , [θɪŋk] [nəʊ] [mɔː(r)] [ɒv; əv] [ˌaɪ 'tiː] ,

if	it	does	not	please	Him	to	send	it	,	think	no	more	of	it	,
如果	它	做	不是	请	他	到	发送	它	,	思考	不	更多的	的	它	,

如果祂不愿差遣，就不要再想这件事了。

[bʌt; bət] [breɪs] [jɔː(r); jə(r)] ['kʌrɪdʒ] to31

but	brace	your	courage	to31
但	支撑	你的	勇气	to31

但要鼓起勇气迎接31

[wɜːk] [aʊt] [jɔː(r); jə(r)] [sæl'veɪʃ(ə)n] [ɒn] [ðə; ði] [krɒs] , [æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ] [wɜː(r); wə(r)] ['nevə(r)] [tuː; tə] [dɪ'send]

work	out	your	salvation	on	the	cross	,	as	if	you	were	never	to	descend
工作	出去	你的	救恩	在	这	叉	,	作为	如果	你	是	绝不	到	下降

[ˌðeə'frɒm] ,

therefrom	,
由此	,

在十字架上成就你的救赎，就好像你永远不会从那里下来一样。

[ænd; ənd] [æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ] [wɜː(r); wə(r)] ['nevə(r)] [tuː; tə] [siː] [ðə; ði] ['ætməsfɪə(r)] [ɒv; əv] [jɔː(r); jə(r)] [laɪf] [klɪə(r)]

and	as	if	you	were	never	to	see	the	atmosphere	of	your	life	clear
和	作为	如果	你	是	绝不	到	看	这	气氛	的	你的	生活	清除

[ænd; ənd] [sə'riːn] . - .

and	serene	.	61	.
和	安详	.	-	.

仿佛你永远也无法看到你生活中的清澈宁静的氛围。61.

[fɔː(r); fə(r)] [ðə; ði] ['ɒnə(r)] [ɒv; əv] [gɒd] [jiːld] [kəm'pliːtli] [tuː; tə] [hɪz; ɪz] [wɪl] ,

For	the	honour	of	God	yield	completely	to	his	will	,
为了	这	荣誉	的	上帝	屈服	完全地	到	他的	将要	,

为了神的荣耀，要完全顺服他的旨意。

[ænd; ənd][duː; də][nɒt] [θɪŋk] [ðæt][juː; jʊ][kæn; kən] [sɜːv] [hɪm]['betə(r)][ə'nʌðə(r)] [wei] ,

and	do	not	think	that	you	can	serve	Him	better	another	way	,
和	做	不是	思考	那	你	能	服务	他	更好的	其他	方式	,

不要以为你能用其他方式更好地侍奉他。

[fɔː(r); fə(r)][wiː; wi] [sɜːv] [hɪm] [wel] ['əʊnli] [wen] [wiː; wi] [sɜːv] [hɪm] [æz; əz][hiː; hi] [wɪlz] . - .

for	we	serve	Him	well	only	when	we	serve	Him	as	He	wills	.	62	.
为了	我们	服务	他	出色地	仅有的	什么时候	我们	服务	他	作为	他	遗嘱	.	-	.

因为只有按照祂的旨意服侍祂，我们才能好好服侍祂。62.

[wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]['ɔːlweɪz] ['wɪʃɪŋ] [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [ɔː(r)] [ðæt] ,

We	are	always	wishing	for	this	or	that	,
我们	是	总是	祝	为了	这	或者	那	,

我们总是渴望这样那样，

[ænd; ənd] [ðəʊ] [wiː; wi][hæv; həv]['aʊə(r)] [swiːt] ['dʒiːzəs][ɪn]['aʊə(r)] [brests] , [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][nɒt]

and	though	we	have	our	sweet	Jesus	in	our	breasts	,	we	are	not
和	尽管	我们	有	我们的	甜的	耶稣	在	我们的	乳房	,	我们	是	不是

['kɒntent] .

content	.
内容	.

虽然我们心中有我们亲爱的耶稣，但我们并不满足。

[jet] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɔːl][wiː; wi][kæn; kən][dɪ'zaɪə(r)] .

Yet	it	is	all	we	can	desire	.
然而	它	是	全部	我们	能	欲望	.

然而，这已经是我们所能奢求的一切了。

[wʌn] [θɪŋ] [ə'ləʊn][ɪz] ['nesəsəri] , [ænd; ənd] [ðæt] [ɪz] , [tuː; tə][biː; bi][nɪə(r)][hɪm] . - .

One	thing	alone	is	necessary	,	and	that	is	,	to	be	near	Him	.	3263	.
一	事物	独自的	是	必要的	,	和	那	是	,	到	是	靠近	他	.	-	.

只有一件事是必要的，那就是亲近他。3263.

[treɪn] [jɔː'self] [tuː; tə] [sɜːv] ['aʊə(r)] [lɔːd] [wɪð] [ə; eɪ] [strɒŋ] [ænd; ənd] ['fɜːvənt] ['dʒent(ə)lnəs] :

Train	yourself	to	serve	our	Lord	with	a	strong	and	fervent	gentleness	:
火车	你自己	到	服务	我们的	主	和	一个	强的	和	热切	温柔	:

要训练自己以坚强而热忱的温柔来侍奉我们的主：

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [truː] [wei] [ɒv; əv] ['sɜːvɪŋ] [hɪm] . - .

it	is	the	true	way	of	serving	Him	.	64	.
它	是	这	真的	方式	的	服务	他	.	-	.

这是侍奉他的真正方式。64.

['friːkwəntli] [kɪs] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ðə; ði] [krɔːsɪz] [wɪtʃ] ['aʊə(r)] [lɔːd] [hɪm'self] [hæz; həz] [pleɪst] [ɪn]

Frequently	kiss	in	your	heart	the	crosses	which	our	Lord	Himself	has	placed	in
频繁地	吻	在	你的	心	这	十字架	哪个	我们的	主	他本人	有	放置	在

[jɔː(r); jə(r)] [ɑːmz] .

your	arms	.
你的	武器	.

常常亲吻你心中的十字架，那是我们的主亲自放在你怀里的。

[hiːd] [nɒt] ['weðə(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv] ['pɜːfjuːmd] [ɔː(r)] ['preʃəs] [wʊd] :

Heed	not	whether	they	are	of	perfumed	or	precious	wood	:
注意	不是	无论	他们	是	的	香	或者	宝贵的	木头	:

不要在意它们是用香木还是名木制成的：

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)]['truːli] [krɔːsɪz] [wen] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv] [kɔːs] , ['hevi] , ['ɔːd(ə)n(ə)ri] [wʊd] .

they	are	more	truly	crosses	when	they	are	of	coarse	,	heavy	,	ordinary	wood	.
他们	是	更多的	真的	十字架	什么时候	他们	是	的	粗	,	重的	,	普通的	木头	.

- .

65	.
-	.

当它们是用粗糙、沉重、普通的木头制成的时，它们才更像真正的十字架。65.

[ðɪs] [swiːt] [lʌv] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [hɑːts] [kɑːsts][ˌjuː 'es] [daʊn] ['əʊnli][tuː; tə] [reɪz] [ˌjuː 'es][ʌp] .

This	sweet	love	of	our	hearts	casts	us	down	only	to	raise	us	up	.
这	甜的	爱	的	我们的	心	演员	我们	向下	仅有的	到	增加	我们	向上	.

我们心中这份甜蜜的爱，会让我们跌倒，但也会带来新的希望。

[hiː; hi] [ləːk] [ænd; ənd][haɪdz] , ['piːpɪŋ] [θruː] [ðə; ðɪ] ['lætɪs] , [tuː; tə] [siː] [ðə; ðɪ] [ɪk'spreʃ(ə)n] [ɒv; əv]

He	lurks	and	hides	,	peeping	through	the	lattice	,	to	see	the	expression	of
他	潜伏者	和	隐藏	,	偷窥	通过	这	格子	,	到	看	这	表达	的

['aʊə(r)] ['kaʊntənəns] . - .

our	countenance	.	3366	.
我们的	面容	.	-	.

他潜伏躲藏，透过格子窗窥视，想看看我们的表情。3366.

[kiːp] ['dʒiːzəs] ['kləʊsli] [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ɑːmz] ,

Keep	Jesus	closely	in	your	arms	,
保持	耶稣	密切	在	你的	武器	,

将耶稣紧紧拥在怀里，

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðʌs] [ðə; ðɪ] [spaʊs] [həʊldz][hɪm][æz; əz][ə; eɪ] [buˈkeɪ] [ɒv; əv] [mɜː(r)] ,

for	it	is	thus	the	Spouse	holds	Him	as	a	bouquet	of	myrrh	,
为了	它	是	因此	这	配偶	持有	他	作为	一个	花束	的	没药	,

因为新郎新娘就是这样将他捧在手中，如同捧着一束没药花。

[ðæt] [ɪz][ɒv; əv] ['bɪtənəs] : [bʌt; bət][hiː; hi][ɪz][nɒt]['bɪtə(r)] ;

that	is	of	bitterness	:	but	He	is	not	bitter	;
那	是	的	苦味	:	但	他	是	不是	苦的	;

那是一种苦涩；但他并不苦涩；

[hiː; hi]['əʊnli] [ə'laʊz] [ˌjuː 'es][tuː; tə][biː; bi]['bɪtə(r)][tuː; tə] [ɑː'selvz] . - .

He	only	allows	us	to	be	bitter	to	ourselves	.	67	.
他	仅有的	允许	我们	到	是	苦的	到	我们自己	.	-	.

他只允许我们对自己感到痛苦。67

['biːɪŋ] [ə; eɪ] [gʊd] ['sɜːvənt] [ɒv; əv][gɒd] [ɪz] [nɒt] ['ɔːlweɪz] ['hævɪŋ] [ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n][ænd; ənd] ['swiːtnəs] ,

Being	a	good	servant	of	God	is	not	always	having	consolation	and	sweetness	,
存在	一个	好的	仆人	的	上帝	是	不是	总是	拥有	安慰	和	甜味	,

做上帝的好仆人并不总是意味着享受安慰和甜蜜，

[nɔː(r)] ['biːɪŋ] ['ɔːlweɪz] [friː] [frɒm; frəm] [ə'vɜːʃ(ə)n] [ænd; ənd] [rɪ'pʌgnəns] [tuː; tə] [gʊd] . - .

nor	being	always	free	from	aversion	and	repugnance	to	good	.	68	.
也不	存在	总是	自由的	从	厌恶	和	厌恶	到	好的	.	-	.

也并非总是对善没有厌恶和反感。68.

[tuː; tə][biː; bi][ə; eɪ] [gʊd] ['sɜːvənt] [ɒv; əv][gɒd][ɪz][tuː; tə][biː; bi] ['tʃærətəbl] [tuː; tə]['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] ,

To	be	a	good	servant	of	God	is	to	be	charitable	to	our	neighbour	,
到	是	一个	好的	仆人	的	上帝	是	到	是	慈善	到	我们的	邻居	,

做上帝的好仆人，就是善待我们的邻舍。

[meɪn'teɪnɪŋ] [ɪn][ðə; ðɪ][suː'pɪərɪə(r)] [wɪl] [æn; ən][ɪn'vɪnsəb(ə)l][ˌrezə'luːʃ(ə)n][tuː; tə][duː; də] -

maintaining	in	the	superior	will	an	invincible	resolution	to	do	God's34
保持	在	这	优越的	将要	一个	无敌	解决	到	做	-

在至高无上的意志中保持着不可动摇的决心，去完成上帝的旨意34

[wɪl] : [tuː; tə] [pə'zes] [greɪt] [hjuː'mɪləti][ænd; ənd] [sɪm'plɪsəti] [ɪn] [kən'faɪdɪŋ] [wʌnz] [self][tuː; tə][gɒd] ;

will	:	to	possess	great	humility	and	simplicity	in	confiding	one's	self	to	God	;
将要	:	到	具有	伟大的	谦逊	和	简单	在	倾诉	一个人的	自己	到	上帝	;

意志：在向上帝倾诉时，要有极大的谦卑和纯朴；

[tuː; tə][raɪz][æz; əz] ['friːkwəntli] [æz; əz][wʌn] [fɔːls] ; [tuː; tə][ɪ'njʊə(r)] [wʌnz] [self][tuː; tə] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] ,

to	rise	as	frequently	as	one	falls	;	to	inure	one's	self	to	humiliations	,
到	上升	作为	频繁地	作为	一	瀑布	;	到	刺痛	一个人的	自己	到	羞辱	,

跌倒一次就爬起来一次；习惯于屈辱。

[ænd; ənd][tu:; tə] ['træŋkwɪli] [beə(r)] [wɪð] ['ʌðə(r)z][ænd; ənd][ðeə(r)] [dɪ'fekts] . - .

and	to	tranquilly	bear	with	others	and	their	defects	.	69	.
和	到	平静地	熊	和	其他的	和	他们的	缺陷	.	-	.

并且能够平静地容忍他人及其缺点。69.

['fri:kwəntli] [bɪ'həʊld]['aʊə(r)] [lɔ:d] [hu:] [lʊks] [daʊn] [ə'pɒn][ju:; jʊ] , [pɔ:(r); pʊə(r)]['lɪt(ə)l] ['kri:tʃə(r)] [ðæt]

Frequently	behold	our	Lord	who	looks	down	upon	you	,	poor	little	creature	that
频繁地	看哪	我们的	主	WHO	看起来	向下	之上	你	,	贫穷的	小的	生物	那

[ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] ,

you	are	,
你	是	,

要时常仰望我们的主，祂俯视着你，你这可怜的小生命。

[ænd; ənd] [si:z] [ju:; jʊ][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)] ['leɪbə(r)] [ænd; ənd] [dɪ'strækʃənz] . - .

and	sees	you	in	the	midst	of	your	labours	and	distractions	.	70	.
和	看到	你	在	这	中间	的	你的	劳动	和	分心	.	-	.

并看到你忙碌而分心的样子。70.

['fri:kwəntli] [reɪz] [jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] [tu:; tə][gɒd] , [ɑ:sk][hɪz; ɪz][help] ,

Frequently	raise	your	heart	to	God	,	ask	his	help	,
频繁地	增加	你的	心	到	上帝	,	问	他的	帮助	,

常常向神敞开心扉，祈求他的帮助。

[ænd; ənd][let][ðə; ði][faʊn'deɪʃ(ə)n][ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)][ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n][bi:; bi][ðə; ði] ['hæpinəs] [ɒv; əv] [bɪ'lɒŋɪŋ]

and	let	the	foundation	of	your	consolation	be	the	happiness	of	belonging
和	让	这	基础	的	你的	安慰	是	这	幸福	的	属于

[tu:; tə][hɪm] . - .

to	Him	.	3571	.
到	他	.	-	.

让你们的安慰的基础是归属于他的幸福。3571.

[let] [ju: 'es] [reɪz] [ʌp]['aʊə(r)] [hɑ:ts] , [ænd; ənd][bɪ'həʊld] [ðæt] [ɒv; əv][gɒd] [ɔ:l] ['gʊdnəs] ,

Let	us	raise	up	our	hearts	,	and	behold	that	of	God	all	goodness	,
让	我们	增加	向上	我们的	心	,	和	看哪	那	的	上帝	全部	善良	,

让我们抬起头来，瞻仰上帝一切的美善。

[ɔ:l] [lʌv] , [ɔ:l] [lʌv] [fɔ:(r); fə(r)][ju: 'es] !

all	love	,	all	love	for	us	!
全部	爱	,	全部	爱	为了	我们	!

所有的爱，所有的爱都给了我们!

[let] [ju: 'es][ə'dɔ:(r)][ænd; ənd] [bles] [hɪz; ɪz] [wɪl] [ɪn][ɔ:l] [θɪŋz] , [let] [hɪm] [pru:n] ,

Let	us	adore	and	bless	his	will	in	all	things	,	let	Him	prune	,
让	我们	崇拜	和	保佑	他的	将要	在	全部	事物	,	让	他	修剪	,

让我们在一切事上敬拜和祝福他的旨意，让他来修剪、

[let] [hɪm] [kʌt] [weə(r)] [hi:; hi] [wɪl] , [fɔ:(r); fə(r)][wi:; wi][ɑ:(r); ə(r)] [ɪ'tɜ:nəli] [hɪz; ɪz] . - .

let	Him	cut	where	He	will	,	for	we	are	eternally	his	.	72	.
让	他	切	在哪里	他	将要	,	为了	我们	是	永恒	他的	.	-	.

让他随心所欲地切割吧，因为我们永远属于他。72.

[let] [ju: 'es] [pleɪs] [ɑ:'selvz] [bɪ'fɔ:(r)]['aʊə(r)] ['kru:sɪfaɪd] [sʌn] ,

Let	us	place	ourselves	before	our	Crucified	Sun	,
让	我们	地方	我们自己	前	我们的	被钉在十字架上	太阳	,

让我们来到被钉在十字架上的太阳面前，

[æz; əz][ðə; ði] ['wɪəri] [bi:] [bɑ:sk, bæsk][ɪn][ðə; ði] [reɪz] [ɒv; əv][ðə; ði][sʌn] ,

as	the	weary	bee	basks	in	the	rays	of	the	sun	,
作为	这	厌倦	蜜蜂	沐浴	在	这	射线	的	这	太阳	,

疲惫的蜜蜂沐浴在阳光下，

[ænd; ənd] [ðen] [let] [ˌjuː 'es] [seɪ] [tuː; tə] [hɪm] : “ [əʊ] ['bjuːtɪf(ə)l] [sʌn] [ɒv; əv] [hɑːts] ,

and	then	let	us	say	to	Him	:	“	O	beautiful	Sun	of	hearts	,
和	然后	让	我们	说	到	他	:	“	哦	美丽的	太阳	的	心	,

然后让我们对祂说：“哦，美丽的心灵之光，

[ðaʊ] [dʌst] ['vɪvɪˌfaɪ] [ɔːl] [baɪ] [ðə; ðɪ] [reɪz] [ɒv; əv] [ðaɪ] ['gʊdnəs] ; [bɪ'həʊld] [ˌjuː 'es] [ɪg'zɔːstɪd] [bɪ'fɔː(r)] [ðiː]

Thou	dost	vivify	all	by	the	rays	of	thy	goodness	;	behold	us	exhausted	before	thee
你	朋友	复活	全部	经过	这	射线	的	你的	善良	;	看哪	我们	筋疲力尽的	前	你

,

,

,

你以慈悲之光照耀万物；看哪，我们在你面前已精疲力竭。

[wens] [wiː; wi] [wɪl] [nɒt] [muːv] , [lɔːd] ['dʒiːzəs] , [ʌn'tɪl] [ðaɪ] ['faɪə(r)] [hæθ] [rɪ'vaɪvd] [ˌjuː 'es] ! ” - .

whence	we	will	not	move	,	Lord	Jesus	,	until	Thy	fire	hath	revived	us	!	”	3673	.
何处	我们	将要	不是	移动	,	主	耶稣	,	直到	你的	火	有	复活	我们	!	”	-	.

主耶稣，我们必不离开，直到祢的火使我们复活！”3673.

[let] [ˌjuː 'es] [nɒt] [fə'get] [ðə; ðɪ] ['mæksɪm] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [seɪnts] ,

Let	us	not	forget	the	maxim	of	the	saints	,
让	我们	不是	忘记	这	格言	的	这	圣徒	,

让我们不要忘记圣徒们的格言：

[wɪtʃ] [wɔːn] [ˌjuː 'es] [ðæt] ['evrɪ] [deɪ] [wiː; wi] [mʌst; məst] [fiːl] [ðæt] [wiː; wi] [bɪ'gɪn] ['aʊə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] ;

which	warns	us	that	every	day	we	must	feel	that	we	begin	our	perfection	;
哪个	警告	我们	那	每一个	天	我们	必须	感觉	那	我们	开始	我们的	完美	;

这告诫我们，每一天我们都必须感受到自己开始走向完美；

[ænd; ənd] [ɪf] [wiː; wi] [beə(r)] [ðɪs] [wel] [ɪn] [maɪnd] [wiː; wi] [wɪl] [nɒt] [biː; bi] [ə'stɒnɪʃt] [æt; ət] [ðə; ðɪ]

and	if	we	bear	this	well	in	mind	we	will	not	be	astonished	at	the
和	如果	我们	熊	这	出色地	在	头脑	我们	将要	不是	是	惊讶	在	这

['mɪzəriz] [wiː; wi] [faɪnd] [ɪn] [ɑː'selvz] .

miseries	we	find	in	ourselves	.
苦难	我们	寻找	在	我们自己	.

如果我们牢记这一点，就不会对我们自身所遭受的痛苦感到惊讶。

[ðə; ðɪ] [wɜːk] [ɪz] ['nevə(r)] [dʌn] , [ˌaɪ 'tiː] [mʌst; məst] [biː; bi] ['ɔːlweɪz] [ˌriːkə'menst] ; [ænd; ənd]

The	work	is	never	done	,	it	must	be	always	recommenced	;	and
这	工作	是	绝不	完毕	,	它	必须	是	总是	重新开始	;	和

[ˌriːkə'menst] [wɪð] [ə; eɪ] [gʊd] [hɑːt] . - .

recommenced	with	a	good	heart	.	74	.
重新开始	和	一个	好的	心	.	-	.

这项工作永远不会完成，必须始终重新开始；而且要怀着一颗善良的心重新开始。74.

[wɒt] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ə'baʊt] [tuː; tə] [kə'mens] [wɪl] [biː; bi] ['betə(r)] [ðæn; ðən] [wɒt] [wiː; wi] [hæv; həv]

What	we	are	about	to	commence	will	be	better	than	what	we	have
什么	我们	是	关于	到	开始	将要	是	更好的	比	什么	我们	有

[dʌn] ,

done	,
完毕	,

我们即将开始的事情将比我们过去所做的更好。

[ænd; ənd] [wen] [wiː; wi] [ʃæl; ʃəl] [hæv; həv] [ə'kʌmplɪʃt] [ðæt] , [wiː; wi] [wɪl] [ˌriːkə'mens] ['sʌmθɪŋ]

and	when	we	shall	have	accomplished	that	,	we	will	recommence	something
和	什么时候	我们	将	有	完成	那	,	我们	将要	重新开始	某物

[els] [wɪtʃ] [ʃæl; ʃəl] [biː; bi] [stɪl] ['betə(r)] ,

else	which	shall	be	still	better	,
别的	哪个	将	是	仍然	更好的	,

当我们完成那件事之后，我们将开始做另一件更好的事。

[ænd; ənd] [ðen] ['sʌmθɪŋ] [els] , [ʌn'tɪl] [wi:; wi] [li:v] [ðɪs] [wɜ:ld] [tu:; tə] begin37

and	then	something	else	,	until	we	leave	this	world	to	begin37
和	然后	某物	别的	,	直到	我们	离开	这	世界	到	begin37

然后还有其他的事情，直到我们离开这个世界，开始新的生活。37

[ə'nʌðə(r)] [laɪf] , [wɪtʃ] [wɪl] [hæv; həv] [nəʊ] [end] , [fɔ:(r); fə(r)] ['nʌθɪŋ] , ['nʌθɪŋ] ['betə(r)] [kæn; kən] [kʌm]

another	life	,	which	will	have	no	end	,	for	nothing	,	nothing	better	can	come
其他	生活	,	哪个	将要	有	不	结尾	,	为了	没有什么	,	没有什么	更好的	能	来

[tu:; tə] [ˌju: 'es] . - .

to	us	.	75	.
到	我们	.	-	.

另一种人生，没有尽头，因为没有什么，没有什么比这更好了。75.

[si:] , [ðen] , ['weðə(r)] [wʌn] [ʃʊd; ʃəd] [wi:p] [wen] [hi:; hi] [faindz] ['trʌb(ə)l] [ɪn] [hɪz; ɪz] [səʊl] ,

See	,	then	,	whether	one	should	weep	when	he	finds	trouble	in	his	soul	,
看	,	然后	,	无论	一	应该	哭泣	什么时候	他	发现	麻烦	在	他的	灵魂	,

那么，当一个人感到内心痛苦时，该不该哭泣呢?

[ænd; ənd] ['weðə(r)] [hi:; hi] [ɔ:t] [nɒt] [kə'reɪdʒəsli] [tu:; tə] [pʊʃ] [ɒn] ['evə(r)] ['fɜ:ðə(r)] , [sɪns] [hi:; hi]

and	whether	he	ought	not	courageously	to	push	on	ever	further	,	since	he
和	无论	他	应该	不是	勇敢地	到	推	在	曾经	更远	,	自从	他

[mʌst; məst] ['nevə(r)] [pɔ:z] ,

must	never	pause	,
必须	绝不	暂停	,

他是否应该勇敢地继续前进，因为他绝不能停下脚步?

[ænd; ənd] ['weðə(r)] [hi:; hi] [ɔ:t] [nɒt] [tu:; tə] [hæv; həv] [ðə; ði] [ˌrezə'lu:ʃ(ə)n] [tu:; tə] [pru:n] , [sɪns] [wi:; wi]

and	whether	he	ought	not	to	have	the	resolution	to	prune	,	since	we
和	无论	他	应该	不是	到	有	这	解决	到	修剪	,	自从	我们

[mʌst; məst] [ju:z] [ðə; ði] [naɪf] ,

must	use	the	knife	,
必须	使用	这	刀	,

既然我们必须用刀，他是否应该下定决心修剪枝叶呢?

['i:v(ə)n] [tu:; tə] [ðə; ði] [dɪ'vɪʒ(ə)n] [ɒv; əv] [səʊl] [ænd; ənd] [maɪnd] . - .

even	to	the	division	of	soul	and	mind	.	76	.
甚至	到	这	分配	的	灵魂	和	头脑	.	-	.

甚至到了灵魂与心灵分离的地步。76.

[waɪ] [du:; də] [ju:; jʊ] [wi:p] , [əʊ] ['wʊmən] ?

Why	do	you	weep	,	O	woman	?
为什么	做	你	哭泣	,	哦	女士	?

女人啊，你为何哭泣?

[nəʊ] , [ju:; jʊ] [mʌst; məst] [nəʊ] [lɒŋgə(r)] [bi:; bi] [ə; eɪ] ['wʊmən] , [ju:; jʊ] [mʌst; məst] [hæv; həv] [ðə; ði] [hɑ:t]

No	,	you	must	no	longer	be	a	woman	,	you	must	have	the	heart
不	,	你	必须	不	更长	是	一个	女士	,	你	必须	有	这	心

[ɒv; əv] [ə; eɪ] [mæn] . -

of	a	man	.	38
的	一个	男人	.	-

不，你不能再做女人了，你必须拥有男人的心。38

[bʌt; bət] ['kʌrɪdʒ] !

But	courage	!
但	勇气	!

但是勇气!

[teɪk] [hɑ:t] !

take	heart	!
拿	心	!

振作起来!

[wiː; wi][hæv; həv]['aʊə(r)] [swiːt] ['dʒiːzəs] [wɪð] [ˌjuː 'es] . - .

we	have	our	sweet	Jesus	with	us	.	77	.
我们	有	我们的	甜的	耶稣	和	我们	.	-	.

我们有亲爱的耶稣与我们同在。77

[ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] [dʌz] [nɒt][kən'sɪst; 'kɒnsɪst][ɪn] [ˌkɔnsə'leiʃən] ,

The	love	of	God	does	not	consist	in	consolations	,
这	爱	的	上帝	做	不是	由	在	安慰	,

神的爱不在于安慰，

['ʌðəwaɪz] ['aʊə(r)] [lɔːd] [wʊd] [nɒt][hæv; həv] [lʌvd] [hɪz; ɪz]['fɑːðə(r)] [wen] [hiː; hi][wɒz; wəz] ['sɒrəʊfl]

otherwise	our	Lord	would	not	have	loved	his	Father	when	He	was	sorrowful
否则	我们的	主	会	不是	有	喜爱	他的	父亲	什么时候	他	曾是	悲伤

['ʌntə; 'ʌntu] [deθ] ,

unto	death	,
到	死亡	,

否则，我们的主就不会在悲痛欲绝到死的时候仍然爱他的父了。

[ænd; ənd] [wen] [hiː; hi][kraɪd] , “ [maɪ][gɒd] , [maɪ][gɒd] , [waɪ] [hæst] [ðaʊ] [fə'seɪkən] [ˌem 'iː] ?

and	when	He	cried	,	“	My	God	,	my	God	,	why	hast	Thou	forsaken	me	?
和	什么时候	他	哭	,	“	我的	上帝	,	我的	上帝	,	为什么	哈斯特	你	被遗弃的	我	?

当祂哭喊着说：“我的神，我的神，为什么离弃我？”

” [ðɪs] [wɒz; wəz][ðə; ði] ['greɪtɪst] [ækt][ɒv; əv] [lʌv] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['pɒsəb(ə)l][tuː; tə][ɪ'mædʒɪn] . - .

”	This	was	the	greatest	act	of	love	which	it	is	possible	to	imagine	.	78	.
”	这	曾是	这	最	行为	的	爱	哪个	它	是	可能的	到	想象	.	-	.

“这是你能想象到的最伟大的爱的行为。”78.

['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] [ʃʊd; ʃəd][nɒt] [pliːz] [ˌjuː 'es] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [ʃʊd; ʃəd][nɒt] [teɪk] [ə'weɪ] ['aʊə(r)] ['kʌrɪdʒ] .

Our	imperfections	should	not	please	us	,	but	they	should	not	take	away	our	courage	.
我们的	瑕疵	应该	不是	请	我们	,	但	他们	应该	不是	拿	离开	我们的	勇气	.

我们的缺点不应该让我们感到高兴，但也不应该夺走我们的勇气。

[gɒd] [dʌz] [nɒt][laɪk]['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] [ænd; ənd] venial39

God	does	not	like	our	imperfections	and	venial39
上帝	做	不是	喜欢	我们的	瑕疵	和	venial39

上帝不喜欢我们的不完美和可怜的39

[sɪnz] , [bʌt; bət][hiː; hi] [lʌvz] [ˌjuː 'es][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][ðem; ðəm] . - .

sins	,	but	He	loves	us	in	spite	of	them	.	79	.
罪孽	,	但	他	爱	我们	在	尽管如此	的	他们	.	-	.

尽管我们有罪，但他仍然爱我们。79.

[lɪv; laɪv] ['dʒɔɪfəli] ; ['aʊə(r)] [lɔːd] [lʊks] [daʊn] [ə'pɒn][juː; jʊ] , [ænd; ənd] [lʊks] [ə'pɒn][juː; jʊ] [wɪð] [lʌv] ,

Live	joyfully	;	our	Lord	looks	down	upon	you	,	and	looks	upon	you	with	love	,
居住	欣喜地	;	我们的	主	看起来	向下	之上	你	,	和	看起来	之上	你	和	爱	,

尽情快乐地生活吧；我们的主俯视着你，祂满怀慈爱地注视着你。

[ænd; ənd] [wɪð] [ə; eɪ] ['tendənəs] [prə'pɔːʃənd] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['fuːlɪʃnəs] . - .

and	with	a	tenderness	proportioned	to	your	foolishness	.	80	.
和	和	一个	压痛	比例匀称	到	你的	愚蠢	.	-	.

以及与你的愚蠢成比例的温柔。80.

[tɜːn] [jɔː(r); jə(r)] [aɪz] [frɒm; frəm] [jɔː'self] ,

Turn	your	eyes	from	yourself	,
转动	你的	眼睛	从	你自己	,

别再看自己了，

[ænd; ənd][də'rekt][ðem; ðəm] [tə'wɔ:dz] [gɒd] [wɪð] [æn; ən]['hʌmb(ə)l] ['kʌrɪdʒ] [tu:; tə] [spi:k] [tu:; tə][hɪm]

and	direct	them	towards	God	with	an	humble	courage	to	speak	to	Him
和	直接的	他们	向	上帝	和	一个	谦逊的	勇气	到	说话	到	他

[ɒv; əv][hɪz; ɪz][ɪn'efəb(ə)l] ['gʊdnəs] [ɪn] ['lʌvɪŋ] ['aʊə(r)][pɔ:(r); pʊə(r)]['hju:mən]['neɪtʃə(r)] ,

of	his	ineffable	goodness	in	loving	our	poor	human	nature	,
的	他的	难以言喻的	善良	在	爱	我们的	贫穷的	人类	自然	,

并引导他们以谦卑的勇气归向神，向祂诉说祂对我们卑微的人性那难以言喻的慈爱。

[ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][ɪts] [in'fə:məti] . - .

in	spite	of	its	infirmities	.	81	.
在	尽管如此	的	它是	弱点	.	-	.

尽管它存在缺陷。81.

['aʊə(r)] ['enəmi] [ɪz][ə; eɪ] [greɪt] ['bɔ:lər] ; be40

Our	enemy	is	a	great	bawler	;	be40
我们的	敌人	是	一个	伟大的	喧闹者	;	be40

我们的敌人是个爱叫嚣的人；be40

[ɪn][nəʊ] [weɪ] ['trʌbld] [ə'baʊt][hɪm] , [fɔ:(r); fə(r)][hi:; hi] ['kænɒt] [hɜ:t] [ju:; jʊ] ; [dɪ'spaɪz] [hɪm] ,

in	no	way	troubled	about	him	,	for	he	cannot	hurt	you	;	despise	him	,
在	不	方式	麻烦	关于	他	,	为了	他	不能	伤害	你	;	鄙视	他	,

不要为他担心，因为他不能伤害你；要轻视他。

[ænd; ənd] [peɪ] [nəʊ] [ə'tenʃ(ə)n] [tu:; tə][hɪm] .

and	pay	no	attention	to	him	.
和	支付	不	注意力	到	他	.

不要理会他。

[hi:; hi] [meɪd] [æz; əz] [mʌtʃ] [nɔɪz] [ænd; ənd] ['θʌndə] [æz; əz] ['laʊdli] [ə'baʊt][ðə; ði][seɪnts] ; [bʌt; bət]

He	made	as	much	noise	and	thundered	as	loudly	about	the	saints	;	but
他	制成	作为	很多	噪音	和	雷鸣	作为	高声	关于	这	圣徒	;	但

[bɪ'həʊld] !

behold	!
看哪	!

他为圣徒们大肆喧哗，雷声大作；但是，看哪！

[ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)] [lɒdʒd] [ɪn][ðə; ði] [pleɪs] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['mɪzrəbl] ['kri:tʃə(r)] [lɒst] . - .

they	are	lodged	in	the	place	which	the	miserable	creature	lost	.	82	.
他们	是	已提交	在	这	地方	哪个	这	悲惨的	生物	丢失的	.	-	.

它们栖身于那可怜的生物失去的地方。82.

[fɪə(r)][nɒt] ; [ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] ['wɔ:kɪŋ] [ə'pɒn][ðə; ði] [si:] , [ə'mɪd][ðə; ði][wɪndz; waɪndz][ænd; ənd][ðə; ði]

Fear	not	;	you	are	walking	upon	the	sea	,	amid	the	winds	and	the
害怕	不是	;	你	是	步行	之上	这	海	,	之中	这	风	和	这

[weɪvz] ,

waves	,
波浪	,

不要害怕；你正行走在海上，在风浪之中。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [wɪð] ['dʒi:zəs] .

but	it	is	with	Jesus	.
但	它	是	和	耶稣	.

但它与耶稣同在。

[ɪf] [fɪə(r)] ['si:zɪz] [ju:; jʊ] , [kraɪ] ['laʊdli] , “ [lɔ:d] , [seɪv] [ˌem 'i:] !

If	fear	seizes	you	,	cry	loudly	,	“	Lord	,	save	me	!
如果	害怕	逮捕	你	,	哭	高声	,	“	主	,	节省	我	!

如果恐惧攫住了你，就大声呼喊：“主啊，救救我！”

" [hiː; hi] [wɪl] [stretʃ] [fɔːθ] [hɪz; ɪz][hænd][tuː; tə][juː; jʊ] ; [klɑːsp][ˌaɪ 'tiː] ['fɜːmli] [ænd; ənd][gəʊ] ['dʒɔɪfəli] [ɒn] .

"	He	will	stretch	forth	his	hand	to	you	;	clasp	it	firmly	and	go	joyfully	on	.
"	他	将要	拉紧	前进	他的	手	到	你	;	搭扣	它	牢牢	和	去	欣喜地	在	.

- .

83 .

- .

"他必向你伸出手；你紧紧抓住它，欢欢喜喜地前行。83.

[dɪ'spaɪz] , [aɪ] [preɪ] [juː; jʊ] , [ɔːl] those41

Despise	,	I	pray	you	,	all	those41
鄙视	,	我	祈祷	你	,	全部	those41

我祈求你们鄙视所有那41人

[θɔːts] [ɒv; əv] [ˌveɪn'glɔːri] .

thoughts	of	vainglory	.
想法	的	虚荣	.

虚荣心作祟。

[fɔː(r); fə(r)] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['riːəli] [bʌt; bət] [flaɪz] [wɪtʃ] ['kænɒt] [hɑːm] [bʌt; bət] ['əʊnli] [ə'nɔɪ] [juː; jʊ] .

For	they	are	really	but	flies	which	cannot	harm	but	only	annoy	you	.
为了	他们	是	真的	但	苍蝇	哪个	不能	伤害	但	仅有的	烦人	你	.

它们其实不过是苍蝇，不会伤害你，只会烦扰你。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [æn; ən] [ˌɪnkəm'pætəb(ə)l] [θɪŋ] [tuː; tə] [biː; bi] [ɪn] [ðɪs] [wɜːld] [ænd; ənd] [nɒt] [tuː; tə] [fiːl] [ðə; ði]

It	is	an	incompatible	thing	to	be	in	this	world	and	not	to	feel	the
它	是	一个	不相容	事物	到	是	在	这	世界	和	不是	到	感觉	这

['muːvmənts] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['pæʃ(ə)nz] . - .

movements	of	the	passions	.	84	.
移动	的	这	激情	.	-	.

身处这个世界却感受不到激情，这是不相容的。84

[let] [jɔː'self] [biː; bi] ['gʌvənd] [baɪ] [gɒd] ; [duː; də] [nɒt] [θɪŋk] [səʊ] [mʌtʃ] [ɒv; əv] [jɔː'self] . - .

Let	yourself	be	governed	by	God	;	do	not	think	so	much	of	yourself	.	85	.
让	你自己	是	受统治	经过	上帝	;	做	不是	思考	所以	很多	的	你自己	.	-	.

让自己受上帝的指引；不要太看重自己。85.

[aɪ] [ɪk'spresli] [fə'bɪd] [juː; jʊ] [tuː; tə] [biː; bi] ['əʊvə(r)] - ['iːgə(r)] , [æz; əz] [ðɪs] [ɪz] [ðə; ði] ['mʌðə(r)] [ˌɪmpə'fekʃn]

I	expressly	forbid	you	to	be	over	-	eager	,	as	this	is	the	mother	imperfection
我	明确地	禁止	你	到	是	超过	-	渴望的	,	作为	这	是	这	母亲	缺陷

[ɒv; əv] [ɔːl] [ˌɪmpər'fekʃən] . - .

of	all	imperfections	.	86	.
的	全部	瑕疵	.	-	.

我严令禁止你过于急切，因为这是所有缺陷之母。86.

['sɪmplɪfaɪ] [jɔː(r); jə(r)] ['dʒʌdʒmənt] .

Simplify	your	judgment	.
简化	你的	判断	.

简化你的判断。

" [ɪf] your42

"	If	your42
"	如果	your42

"如果你的42

[aɪ] [ɪz] ['sɪmp(ə)l] , [jɔː(r); jə(r)] [həʊl] ['bɒdi] [wɪl] [biː; bi] [laɪt] .

eye	is	simple	,	your	whole	body	will	be	light	.
眼睛	是	简单的	,	你的	所有的	身体	将要	是	光	.

眼睛简单，全身就会轻松。

” [duː; də][nɒt] [meɪk] [səʊ] ['meni] [rɪ'flekʃ(ə)nz] [ænd; ənd] [rɪ'plaɪz] , [bʌt; bət][gəʊ][ɒn] [wɪð] [sɪm'plɪsəti]
” Do not make so many reflections and replies , but go on with simplicity
” 做 不是 制作 所以 许多 反思 和 回复 , 但 去 在 和 简单
[ænd; ənd] ['kɒnfɪdəns] . - .
and confidence . 87 .
和 信心 . - .

“不要做太多的思考和回应，而是以简单和自信的态度继续前进。”87.

[fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ][ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)][bʌt; bət][gɒd][ænd; ənd] [jɔː'self] [ɪn][ðə; ðɪ] [wɜːld] ,
For you there are but God and yourself in the world ,
为了 你 那里 是 但 上帝 和 你自己 在 这 世界 ,

对你而言，这世上只有上帝和你自己。

[ænd; ənd][juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][nɒt] [kən'sɜːn] [jɔː'self] [fɔː(r); fə(r)][ɔːl][ðə; ðɪ][rest] , [seɪv] [æz; əz][gɒd]
and you should not concern yourself for all the rest , save as God
和 你 应该 不是 忧虑 你自己 为了 全部 这 休息 , 节省 作为 上帝
[kə'mændz] [juː; jʊ] . - .
commands you . 88 .
命令 你 . - .

除了上帝命令你做的事之外，其他一切都不必担心。88.

[gɪv] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [taɪmz] [tuː; tə][gɒd] , [ænd; ənd] ['sʌmtaɪmz] [seɪ] [nɒt][ə; eɪ] [wɜːd]
Give your soul a thousand times to God , and sometimes say not a word
给 你的 灵魂 一个 千 时代 到 上帝 , 和 有时 说 不是 一个 单词
[tuː; tə][hɪm] ,
to Him ,
到 他 ,

把你的灵魂交付给上帝一千次，有时甚至一句话也不对他说。

[bʌt; bət] ['sɪmpli] ['kɒntəmpleɪt] [hɪz; ɪz]['dʒent(ə)lnəs] .
but simply contemplate his gentleness .
但 简单地 沉思 他的 温柔 .

但只需静静感受他的温柔。

[ðɪs] [ɪz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [greɪt] ['sɔːsɪz] [ɒv; əv]['spɪrɪtʃuəl][geɪn] , [fɔː(r); fə(r)][æz; əz][ðə; ðɪ][maɪnd]
This is one of the great sources of spiritual gain , for as the mind
这 是 一 的 这 伟大的 来源 的 精神 获得 , 为了 作为 这 头脑
[kən'vəːs] so43
converses so43
匡威 so43

这是精神收获的重要来源之一，因为当心灵对话时，43

['friːkwəntli] [ænd; ənd][səʊ] ['iːzəli] [wɪð] [ɪts][gɒd][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi] ['pɜːfjuːmd] [wɪð] [ɔːl][hɪz; ɪz]
frequently and so easily with its God it will be perfumed with all his
频繁地 和 所以 容易地 和 它是 上帝 它 将要 是 香 和 全部 他的
[pə'fekʃən] . - .
perfections . 89 .
完美 . - .

它经常如此轻易地与上帝同在，它将充满上帝所有的完美芬芳。89.

[ðə; ðɪ] ['krɪstʃən] [səʊl][ɪz][ðə; ðɪ] [spaʊs] [nɒt] [jet] [ɒv; əv]['dʒiːzəs]['glɔːrɪfaɪd] , [bʌt; bət][ɒv; əv]['dʒiːzəs]
The Christian soul is the spouse not yet of Jesus glorified , but of Jesus
这 基督教 灵魂 是 这 配偶 不是 然而 的 耶稣 光荣的 , 但 的 耶稣
['kruːsɪfaɪd] ;
crucified ;
被钉在十字架上 ;

基督徒的灵魂不是荣耀的耶稣的配偶，而是被钉十字架的耶稣的配偶；

[ðæt] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði] [rɪŋz] , ['ɔ:rnəmənts] , [ænd; ənd]['təukənz] [wɪð] [wɪtʃ] [hi:; hi] [ə'dɔ:nz] [hɜ:(r); hə(r)]

that	is	why	the	rings	,	ornaments	,	and	tokens	with	which	He	adorns	her
那	是	为什么	这	戒指	,	装饰品	,	和	代币	和	哪个	他	装饰	她

[ɑ:(r); ə(r)] [krɔ:sɪz] ,

are	crosses	,
是	十字架	,

所以祂给她佩戴的戒指、饰品和信物都是十字架。

[ænd; ənd] [θɔ:nz] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['nʌpʃl] ['bæŋkwɪt][ɪz][gɔ:l] , ['hɪsəp] , [ænd; ənd]['vɪnɪgə(r)] . - .

and	thorns	,	and	the	nuptial	banquet	is	gall	,	hyssop	,	and	vinegar	.	90	.
和	荆棘	,	和	这	婚礼	宴会	是	瘿	,	牛膝草	,	和	醋	.	-	.

还有荆棘，婚宴的菜肴是胆汁、牛膝草和醋。90.

[du:; də][nɒt] [lʊk] [hɪə(r)][ænd; ənd][ðeə(r)][səʊ] [mʌtʃ] .

Do	not	look	here	and	there	so	much	.
做	不是	看	这里	和	那里	所以	很多	.

不要到处乱看。

[tɜ:n] [jɔ:(r); jə(r)] [aɪz] [ə'pɒn] [gɒd] [ɔ:(r)] [jɔ:'self] ; [ju:; jʊ] [wɪl] ['nevə(r)] [si:] [gɒd] [wɪ'ðaʊt] ['gʊdnəs] , [ɔ:(r)]

Turn	your	eyes	upon	God	or	yourself	;	you	will	never	see	God	without	goodness	,	or
转动	你的	眼睛	之上	上帝	或者	你自己	;	你	将要	绝不	看	上帝	没有	善良	,	或者

[jɔ:'self] free44

yourself	free44
你自己	free44

要么仰望上帝，要么仰望自己；没有良善，你永远无法看见上帝；没有良善，你永远无法看见自由的自己。[44]

[frɒm; frəm] ['mɪzəri] ; [ænd; ənd][ju:; jʊ] [wɪl] [faɪnd][hɪz; ɪz] ['gʊdnəs] [kaɪnd][tu:; tə][jɔ:(r); jə(r)] ['mɪzəri] ,

from	misery	;	and	you	will	find	his	goodness	kind	to	your	misery	,
从	苦难	;	和	你	将要	寻找	他的	善良	种类	到	你的	苦难	,

摆脱苦难；你会发现他的恩慈会抚慰你的苦难。

[ænd; ənd][jɔ:(r); jə(r)] ['mɪzəri] [ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['mɜ:si] . - .

and	your	misery	the	object	of	his	mercy	.	91	.
和	你的	苦难	这	目的	的	他的	怜悯	.	-	.

你的苦难是他怜悯的对象。91.

['reəli] [ɪg'zæmɪn] ['kləʊsli] [wɒt] ['ʌðə(r)z][du:; də] ; [lʊk] [ə'pɒn][ðem; ðəm] ['sɪmpli] , ['kaɪndli] , [ænd; ənd]

Rarely	examine	closely	what	others	do	;	look	upon	them	simply	,	kindly	,	and
很少	检查	密切	什么	其他的	做	;	看	之上	他们	简单地	,	亲切地	,	和

['eɪmiəbli] .

amiably	.
友好地	.

很少仔细审视别人的行为；要以平和、友善、和蔼的态度看待他们。

[du:; də][laɪk][ðə; ði] ['bi:z] , ['gæðə(r)] ['hʌni] [frɒm; frəm][ɔ:l][ðə; ði] ['flaʊəz] . - .

Do	like	the	bees	,	gather	honey	from	all	the	flowers	.	92	.
做	喜欢	这	蜜蜂	,	收集	蜂蜜	从	全部	这	花朵	.	-	.

像蜜蜂一样，从所有的花朵中采集蜂蜜。92.

[maɪ] [kə'mɑ:ndmənt] [ɪz] , [ðæt] [ju:; jʊ][du:; də][laɪk]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] ;

My	commandment	is	,	that	you	do	like	little	children	;
我的	诫命	是	,	那	你	做	喜欢	小的	孩子们	;

我的命令是，你们要像小孩子一样行事；

[waɪl] [ðeɪ] [fi:l] [ðeə(r)]['mʌðə(r)] ['həʊldɪŋ] [ðem; ðəm][baɪ][ðə; ði] [sli:v] ,

while	they	feel	their	mother	holding	them	by	the	sleeve	,
尽管	他们	感觉	他们的	母亲	保持	他们	经过	这	袖子	,

当他们感觉到母亲抓着他们的袖子时，

[ðeɪ] [gəʊ][ɒn]['bəʊldli][ænd; ənd] [rʌn] [ə'baʊt] ['evriweə(r)] ,

they	go	on	boldly	and	run	about	everywhere	,
他们	去	在	大胆地	和	跑步	关于	到处	,

他们胆大妄为，到处乱窜。

['nʌθɪŋ] [dɔ:nt] [baɪ][ðə; ði] [fɔ:ls] [ðæt] [ɑ:(r); ə(r)] [kɔ:zd] [baɪ][ðə; ði] weakness45

nothing	daunted	by	the	falls	that	are	caused	by	the	weakness45
没有什么	畏惧	经过	这	瀑布	那	是	导致	经过	这	weakness45

即使遭遇因弱点造成的挫折，也丝毫不会气馁。45

[ɒv; əv][ðeə(r)][legz] .

of	their	legs	.
的	他们的	腿	.

它们的腿。

[ðʌs] , [waɪl] [gɒd][həʊldz][ju:; jʊ][baɪ][jɔ:(r); jə(r)] [gʊd] - [wɪl] [tu:; tə] [sɜ:v] [hɪm] , [gəʊ][ɒn]['bəʊldli] ,

Thus	,	while	God	holds	you	by	your	good	-	will	to	serve	Him	,	go	on	boldly	,
因此	,	尽管	上帝	持有	你	经过	你的	好的	-	将要	到	服务	他	,	去	在	大胆地	,

因此，只要上帝因你的善意而让你侍奉他，就大胆地去做吧。

[ˌʌn'dɔ:ntɪd] [baɪ][jɔ:(r); jə(r)]['lɪt(ə)l] [stʌmbəlɪŋz] ,

undaunted	by	your	little	stumblings	,
无所畏惧	经过	你的	小的	绊倒	,

不要被你的小失误吓倒，

[prə'vaɪdɪd][ju:; jʊ][kɑ:st] [jɔ:'self] ['ɪntu:][hɪz; ɪz][ɑ:mz][ænd; ənd] [gɪv] [hɪm][ðə; ði] [kɪs] [ɒv; əv]['tʃærəti] . - .

provided	you	cast	yourself	into	his	arms	and	give	Him	the	kiss	of	charity	.	93	.
假如	你	投掷	你自己	进入	他的	武器	和	给	他	这	吻	的	慈善机构	.	-	.

只要你投入他的怀抱，并向他献上爱的吻。93.

[gəʊ] ['dʒɔɪəsli] [ænd; ənd] [wɪð] [ə; eɪ] [laɪt] [hɑ:t] [æz; əz][fɑ:(r)][æz; əz][ju:; jʊ][kæn; kən] ,

Go	joyously	and	with	a	light	heart	as	far	as	you	can	,
去	欣喜地	和	和	一个	光	心	作为	远的	作为	你	能	,

带着愉悦的心情和轻松的心情，尽可能走得更远。

[ænd; ənd] [ɪf] [ju:; jʊ] ['kænɒt] ['ɔ:lweɪz] [gəʊ] ['dʒɔɪəsli] , [gəʊ]['ɔ:lweɪz] [kə'reɪdʒəsli] [ænd; ənd] ['kɒnfɪdəntli] .

and	if	you	cannot	always	go	joyously	,	go	always	courageously	and	confidently	.
和	如果	你	不能	总是	去	欣喜地	,	去	总是	勇敢地	和	自信地	.

- .

94	.
-	.

即使你不能总是快乐地前行，也要总是勇敢自信地前行。94.

[wi:; wi][mʌst; məst][hæv; həv] ['peɪʃ(ə)ns] , [ænd; ənd]['lɪt(ə)l][baɪ]['lɪt(ə)l] , [kə'rekt] [ænd; ənd] [ˌəʊvə'kʌm] ['aʊə(r)]

We	must	have	patience	,	and	little	by	little	,	correct	and	overcome	our
我们	必须	有	耐心	,	和	小的	经过	小的	,	正确的	和	克服	我们的

[bæd]['hæbɪts] ,

bad	habits	,
坏的	习惯	,

我们必须要有耐心，一点一点地纠正和克服我们的坏习惯。

[fɔ:(r); fə(r)][laɪf][ɒn][ðə; ði] [həʊl] [ɪz][ə; eɪ][kən'tɪnjuəl]['wɔ:feə(r)] . - .

for	life	on	the	whole	is	a	continual	warfare	.	4695	.
为了	生活	在	这	所有的	是	一个	持续的	战争	.	-	.

因为生活总体上是一场持续不断的战争。4695。

[rest] [ɪz] [rɪ'zɜ:vd] [fɔ:(r); fə(r)] ['hev(ə)n] ; [ɒn] [ɜ:θ] [wi:; wi][mʌst; məst]['ɔ:lweɪz] ['strʌg(ə)l] [bɪ'twi:n] [həʊp]

Rest	is	reserved	for	heaven	;	on	earth	we	must	always	struggle	between	hope
休息	是	预订的	为了	天堂	;	在	地球	我们	必须	总是	斗争	之间	希望

[ænd; ənd][fɪə(r)] ,

and	fear	,
和	害怕	,

安息是留给天堂的；在人间，我们必须永远在希望与恐惧之间挣扎。

[ɒn] [kən'dɪʃn] [ðæt] [həʊp] [biː; bi]['evə(r)][ðə; ði][strɒŋgə(r)] [wen] [wiː; wi][kən'sɪdə(r)][ðə; ði] [ɔːl'maɪti]

on	condition	that	hope	be	ever	the	stronger	when	we	consider	the	almighty
在	状况	那	希望	是	曾经	这	更强	什么时候	我们	考虑	这	全能的

['paʊə(r)][ɒv; əv][hɪm] [huː] [helps][ˌjuː 'es] . - .

power	of	Him	who	helps	us	.	96	.
力量	的	他	WHO	帮助	我们	.	-	.

但前提是，当我们想到帮助我们的全能者的力量时，希望就会更加坚定。96.

['friːkwəntli] ['djʊərɪŋ][ðə; ði] [deɪ] [kɑːst][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] , [jɔː(r); jə(r)][maɪnd] , [ænd; ənd][jɔː(r); jə(r)][keə(r)]

Frequently	during	the	day	cast	your	heart	,	your	mind	,	and	your	care
频繁地	期间	这	天	投掷	你的	心	,	你的	头脑	,	和	你的	关心

[ə'pɒn][gɒd] [wɪð] [greɪt] ['kɒnfɪdəns] ,

upon	God	with	great	confidence	,
之上	上帝	和	伟大的	信心	,

白天要经常怀着极大的信心，将你的心、你的思想和你的忧虑交托给神。

['seɪɪŋ] , “ [aiˌeɪ 'em] [ðaɪn] , [seɪv] [ˌem 'iː] . ” - .

saying	,	“	I	am	thine	,	save	me	.	”	97	.
说	,	“	我	是	你的	,	节省	我	.	”	-	.

说：“我是你的，救救我。”97.

[biː; bi][kaɪnd][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['neɪbə(r)] [ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv] [rɪ'beljəs] [m'ɜːməɹɪŋz] [ænd; ənd] ['aʊtˌbɜːsts]

Be	kind	to	your	neighbour	in	spite	of	rebellious	murmurings	and	outbursts
是	种类	到	你的	邻居	在	尽管如此	的	叛逆的	低语	和	爆发

[ɒv; əv]['æŋgə(r)] . - .

of	anger	.	4798	.
的	愤怒	.	-	.

即使邻居发出叛逆的低语和愤怒的爆发，也要善待他。4798。

[duː; də][nɒt][biː; bi] [ə'stɒnɪʃt] [tuː; tə][faɪnd] [jɔː'self] [ˌəʊvə'welmd] [wɪð] ['iːv(ə)l] [ˌinkli'neiʃən] .

Do	not	be	astonished	to	find	yourself	overwhelmed	with	evil	inclinations	.
做	不是	是	惊讶	到	寻找	你自己	不堪重负	和	邪恶的	倾向	.

不要惊讶于自己被邪恶的念头所淹没。

[gɒd] [pə'mɪts] [ðem; ðəm][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [meɪk] [juː; jʊ]['hʌmb(ə)l] . - .

God	permits	them	in	order	to	make	you	humble	.	99	.
上帝	许可证	他们	在	命令	到	制作	你	谦逊的	.	-	.

上帝允许这些事发生，是为了使你谦卑。99.

[self] - [lʌv] [meɪ] [biː; bi] ['mɔːtɪfaɪd] [ɪn][ˌjuː 'es] , [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː]['nevə(r)][daɪz] ;

Self	-	love	may	be	mortified	in	us	,	but	it	never	dies	;
自己	-	爱	可能	是	羞愧难当	在	我们	,	但	它	绝不	死亡	;

自爱或许在我们心中被压抑，但它从未真正消失；

[frɒm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm][ˌaɪ 'tiː][sendz] [fɔːθ] [ʃuːts] [wɪtʃ] [pruːv] [ðæt] , [ðəʊ] [kʌt] [daʊn] [tuː; tə]

from	time	to	time	it	sends	forth	shoots	which	prove	that	,	though	cut	down	to
从	时间	到	时间	它	发送	前进	芽	哪个	证明	那	,	尽管	切	向下	到

[ðə; ði] [ruːt] ,

the	root	,
这	根	,

它时不时会萌发出新芽，这证明，即使被连根拔起，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['nevə(r)] [kəm'pliːtli] [dɪ'strɔɪd] . - .

it	is	never	completely	destroyed	.	100	.
它	是	绝不	完全地	损毁	.	-	.

它永远不会被彻底摧毁。100.

[self] - [lʌv] ['nevə(r)] [liːvz] [ˌjuː 'es] .

Self	-	love	never	leaves	us	.
自己	-	爱	绝不	树叶	我们	.

自爱从未离开过我们。

[ˌaɪ 'tiː] [sliːp] ['sʌmtaɪmz] [laɪk][ə; eɪ][fɒks] , [ðen] ['sʌd(ə)nli] [sprɪŋz] [ə'pɒn][ðə; ði] ['tʃɪkɪnz] .

It	sleeps	sometimes	like	a	fox	,	then	suddenly	springs	upon	the	chickens	.
它	睡觉	有时	喜欢	一个	狐狸	,	然后	突然	弹簧	之上	这	鸡	.

它有时像狐狸一样沉睡，然后突然扑向鸡群。

[wiː; wi][mʌst; məst] ['ðeəfɔː(r)] [biː; bi] constantly48

We	must	therefore	be	constantly48
我们	必须	所以	是	constantly48

因此，我们必须不断地48

['wɒtʃfl] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] , [ænd; ənd] ['peɪʃntli] [dɪ'fend] [ɑː'selvz] [ə'genst] [ˌaɪ 'tiː] . - .

watchful	of	it	,	and	patiently	defend	ourselves	against	it	.	101	.
警惕	的	它	,	和	耐心	保卫	我们自己	反对	它	.	-	.

警惕它，并耐心地抵御它。101.

[let] [ˌjuː 'es] [kiːp] [fɜːm][həʊld][ɒv; əv][ðə; ði]['mɜːsɪf(ə)l][hænd][ɒv; əv]['aʊə(r)] [gʊd] [gɒd] ,

Let	us	keep	firm	hold	of	the	merciful	hand	of	our	good	God	,
让	我们	保持	公司	抓住	的	这	仁慈	手	的	我们的	好的	上帝	,

让我们紧紧抓住我们仁慈的上帝之手，

[fɔː(r); fə(r)][hiː; hi] ['wɪʃɪz] [tuː; tə] [drɔː] [ˌjuː 'es]['ɑːftə(r)][hɪm] . - .

for	He	wishes	to	draw	us	after	Him	.	102	.
为了	他	愿望	到	画	我们	后	他	.	-	.

因为祂希望引领我们跟随祂。102.

[lɪv; laɪv] ['həʊlli] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]['spɪrɪt] , [lɪv; laɪv]['kwaɪətli][ɪn] [piːs] ,

Live	wholly	according	to	the	Spirit	,	live	quietly	in	peace	,
居住	完全	根据	到	这	精神	,	居住	悄悄	在	和平	,

完全按照圣灵的指引生活，安静平安地生活。

[hæv; həv] ['pɜːfɪkt] ['kɒnfɪdəns] [ðæt] [gɒd] [wɪl] [help] [juː; jʊ] . - .

have	perfect	confidence	that	God	will	help	you	.	103	.
有	完美的	信心	那	上帝	将要	帮助	你	.	-	.

要完全相信上帝会帮助你。103.

[biː; bi]['keəf(ə)l][tuː; tə]['pjʊərɪfaɪ][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [mɔː(r)][ænd; ənd][mɔː(r)] [iːtʃ] [deɪ] .

Be	careful	to	purify	your	heart	more	and	more	each	day	.
是	小心	到	净化	你的	心	更多的	和	更多的	每个	天	.

每天都要努力净化你的心灵。

[naʊ] , [ðɪs] ['pjʊərətɪ][kən'sɪsts][ɪn] weighing49

Now	,	this	purity	consists	in	weighing49
现在	,	这	纯度	由	在	weighing49

现在，这种纯度是通过称重49来实现的。

['evrɪθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [skeɪlz] [ɒv; əv][ðə; ði]['sæŋktʃuərɪ] , [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)]['əʊnli][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd] .

everything	in	the	scales	of	the	sanctuary	,	which	are	only	the	will	of	God	.
一切	在	这	秤	的	这	避难所	,	哪个	是	仅有的	这	将要	的	上帝	.

- .

104	.
-	.

圣所的一切都只是上帝的旨意。104.

[let] [ˌjuː 'es][biː; bi] [wɒt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] , [ænd; ənd][biː; bi] [ðæt] [wel] ,

Let	us	be	what	we	are	,	and	be	that	well	,
让	我们	是	什么	我们	是	,	和	是	那	出色地	,

让我们做我们自己，并且就此做好。

[ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [wiː; wi] [meɪ] ['ɒnə(r)] [ðə; ði]['mɑːstə(r)] ['wɜːkmən] [huː] [hæz; həz] [meɪd] [ˌjuː 'es] .

in	order	that	we	may	honour	the	Master	Workman	who	has	made	us	.
在	命令	那	我们	可能	荣誉	这	掌握	工人	WHO	有	制成	我们	.

为的是让我们能够尊崇创造我们的造物主。

[ðəʊ] [wiː; wi][wɜː(r); wə(r)][ðə; ði][məʊst] ['eksələnt] ['kriːtʃəz] ['ʌndə(r)]['hev(ə)n] ,

Though	we	were	the	most	excellent	creatures	under	heaven	,
尽管	我们	是	这	最多	出色的	生物	在下面	天堂	,

虽然我们是天下最优秀的生物，

[wɒt] [wʊd] [ˌaɪ 'tiː][ə'veɪl][juː 'es] [ɪf] [wiː; wi][wɜː(r); wə(r)][nɒt] ['pliːzɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd] ?

what	would	it	avail	us	if	we	were	not	pleasing	to	the	will	of	God	?
什么	会	它	可用	我们	如果	我们	是	不是	令人愉悦	到	这	将要	的	上帝	?

- .

105	.
-	.

如果我们不遵行上帝的旨意，那对我们有什么好处呢？105.

[wiː; wi][mʌst; məst]['ɔːlweɪz][ænd; ənd][ɪn][ɔːl] [θɪŋz] [lɪv; laɪv] ['piːsəbli] . - .

We	must	always	and	in	all	things	live	peaceably	.	50106	.
我们	必须	总是	和	在	全部	事物	居住	和平地	.	-	.

我们必须始终和平地生活。50106。

[ai] [ə'pruːv] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['meɪkɪŋ] [æn; ən][ækt][ɒv; əv][hjuː'mɪləti] ['evri] [deɪ] , ['hʌmblɪŋ] [jɔː'self]

I	approve	of	your	making	an	act	of	humility	every	day	,	humbling	yourself
我	批准	的	你的	制作	一个	行为	的	谦逊	每一个	天	,	令人谦卑	你自己

[tuː; tə][æn; ən][ɪn'fɪəriə(r)] ,

to	an	inferior	,
到	一个	下	,

我赞赏你每天都表现出谦逊的行为，甘愿向不如你的人低头。

[pə'fɔːmɪŋ] [sʌm; səm]['miːniəl] ['ɒfɪs] [ɪn][ðə; ði] [haʊs] . - .

performing	some	menial	office	in	the	house	.	107	.
表演	一些	卑微的	办公室	在	这	房子	.	-	.

在家做些杂务。107.

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt]['pɒsəb(ə)l] [ðæt] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][səʊ] [suːn] [biː; bi] ['mɪstrəs] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][səʊl] ,

It	is	not	possible	that	you	should	so	soon	be	mistress	of	your	soul	,
它	是	不是	可能的	那	你	应该	所以	很快	是	情妇	的	你的	灵魂	,

你不可能这么快就成为自己灵魂的主人。

[ɔː(r)] [ðæt] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][kən'trəʊl][ˌaɪ 'tiː][səʊ] ['æbsəluːtli] [æt; ət][fɜːst] . - .

or	that	you	should	control	it	so	absolutely	at	first	.	108	.
或者	那	你	应该	控制	它	所以	绝对地	在	第一的	.	-	.

或者说，你一开始就应该完全控制它。108.

[dɪ'spəʊz] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] [tuː; tə] [træŋ'kwɪləti] [ɪn][ðə; ði] ['mɔːnɪŋ] ,

Dispose	your	soul	to	tranquillity	in	the	morning	,
处置	你的	灵魂	到	宁静	在	这	早晨	,

清晨，让你的灵魂沉浸于宁静之中。

[ænd; ənd][biː; bi]['keəf(ə)l]['djʊərɪŋ][ðə; ði] [deɪ] [tuː; tə] [rɪ'kɔːl] [ˌaɪ 'tiː] ['friːkwəntli] [tuː; tə] [ðæt] [steɪt] ,

and	be	careful	during	the	day	to	recall	it	frequently	to	that	state	,
和	是	小心	期间	这	天	到	记起	它	频繁地	到	那	状态	,

白天要经常注意提醒自己回到那种状态。

[ænd; ənd][tuː; tə] [kiːp] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] [wɪ'ðɪn] [jɔː(r); jə(r)][kən'trəʊl] . - .

and	to	keep	your	soul	within	your	control	.	51109	.
和	到	保持	你的	灵魂	之内	你的	控制	.	-	.

并让你的灵魂保持在你自己的掌控之中。51109。

[duː; də][nɒt][biː; bi] ['terɪfaɪd] [ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] ['gɪlti] [ɒv; əv][sʌm; səm]['lɪt(ə)l] [ɪm'peɪʃ(ə)ns] ;

Do	not	be	terrified	if	you	are	guilty	of	some	little	impatience	;
做	不是	是	恐惧	如果	你	是	有罪的	的	一些	小的	不耐烦	;

即使你偶尔有些不耐烦，也不要感到害怕；

[duː; də] [nɒt] [let] [ˌaɪ 'tiː] ['trʌb(ə)l] [juː; jʊ] , [bʌt; bət] [wen] [juː; jʊ] ['rekəgnaɪz] [ˌaɪ 'tiː] ['kwaɪətli] ['hʌmb(ə)l]

do	not	let	it	trouble	you	,	but	when	you	recognise	it	quietly	humble
做	不是	让	它	麻烦	你	,	但	什么时候	你	认出	它	悄悄	谦逊的

[jɔː'self] [bɪ'fɔː(r)] [gɒd] . - .

yourself	before	God	.	110	.
你自己	前	上帝	.	-	.

不要让这件事困扰你，但当你意识到这一点时，要默默地在上帝面前谦卑自己。110.

[traɪ] [tuː; tə] [prɪ'zɜːv] [ə; eɪ] [swiːt] [træŋ'kwɪləti] [ɒv; əv] [maɪnd] ; [seɪ] [tuː; tə] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] : “ ['kʌrɪdʒ] !

Try	to	preserve	a	sweet	tranquillity	of	mind	;	say	to	your	soul	:	“	Courage	!
尝试	到	保存	一个	甜的	宁静	的	头脑	;	说	到	你的	灵魂	:	“	勇气	!

努力保持内心的平静；对你的灵魂说：“勇敢！

[wiː; wi] [hæv; həv] [meɪd] [ə; eɪ] [fɔːls] [step] , [bʌt; bət] [let] [ˌjuː 'es] [kiːp] ['stedəli] [ɒn] [ænd; ənd] [kiːp] [wɒtʃ]

we	have	made	a	false	step	,	but	let	us	keep	steadily	on	and	keep	watch
我们	有	制成	一个	错误的	步	,	但	让	我们	保持	稳步	在	和	保持	手表

['əʊvə(r)] [ɑː'selvz] . ” - .

over	ourselves	.	”	111	.
超过	我们自己	.	”	-	.

我们犯了一个错误，但让我们继续稳步前进，并时刻警惕自己。”111.

[meɪk] [nəʊ] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] ['dʒʌdʒmənts] [ɒv; əv] [men] . - .

Make	no	account	of	the	judgments	of	men	.	52112	.
制作	不	帐户	的	这	判决	的	男人	.	-	.

不要在意人的判断。52112。

[biː; bi] ['saɪlənt] [kən'sɜːnɪŋ] [ɔːl] [θɪŋz] , [ænd; ənd] [juː; jʊ] [wɪl] [hæv; həv] [ɪn'tɪəriə(r)] [piːs] ,

Be	silent	concerning	all	things	,	and	you	will	have	interior	peace	,
是	沉默的	有关	全部	事物	,	和	你	将要	有	内部的	和平	,

对一切事物保持沉默，你就能获得内心的平静。

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [fɔː(r); fə(r)] [juː; jʊ] [ænd; ənd] [ˌem 'iː] [ðə; ðɪ] ['əʊnli] ['siːkrət] [ɒv; əv] [ə'kwaɪərɪŋ] [ðɪs] [piːs] [ɪz] [tuː; tə]

because	for	you	and	me	the	only	secret	of	acquiring	this	peace	is	to
因为	为了	你	和	我	这	仅有的	秘密	的	收购	这	和平	是	到

[ɪn'djʊə(r)] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] ['ʌtməʊst] [ðə; ðɪ] ['dʒʌdʒmənts] [ɒv; əv] [men] . - .

endure	to	the	utmost	the	judgments	of	men	.	113	.
忍受	到	这	极致	这	判决	的	男人	.	-	.

因为对你我而言，获得这种和平的唯一秘诀就是忍受人类的评判。113.

[kən'sɪdə(r)] [fɔː(r); fə(r)] [huːm] [juː; jʊ] ['leɪbə(r)] , [ænd; ənd] [ðəʊz] [huː] [straɪv] [tuː; tə] ['trʌb(ə)l] [juː; jʊ] [ʃæl; ʃəl]

Consider	for	whom	you	labour	,	and	those	who	strive	to	trouble	you	shall
考虑	为了	谁	你	劳动	,	和	那些	WHO	努力	到	麻烦	你	将

['leɪbə(r)] [ɪn] [veɪn] . - .

labour	in	vain	.	114	.
劳动	在	徒劳	.	-	.

想想你为谁而劳作，那些努力给你制造麻烦的人必将徒劳无功。114.

[ə'mʌŋ] ['begəz] , [ðəʊz] [huːz] [sɔːrz] [ɑː(r); ə(r)] [ðə; ðɪ] [məʊst] ['terəb(ə)l] [kən'sɪdə(r)] [ðəm'selvz] [ðə; ðɪ]

Among	beggars	,	those	whose	sores	are	the	most	terrible	consider	themselves	the
之中	乞丐	,	那些	谁	疮	是	这	最多	糟糕的	考虑	他们自己	这

[məʊst] ['fɔːtʃənət] ,

most	fortunate	,
最多	幸运	,

在乞丐中，那些伤口最严重的人反而认为自己最幸运。

[fɔː(r); fə(r)] [ðeɪ] [ɪk'saɪt] [mɔː(r)] [kəm'pæʃ(ə)n] [ænd; ənd] [rɪ'siːv] [mɔː(r)] [ə'bʌndənt] [ɑːmz] .

for	they	excite	more	compassion	and	receive	more	abundant	alms	.
为了	他们	激发	更多的	同情	和	收到	更多的	丰富	施舍	.

因为他们更能激起人们的同情心，并能获得更丰厚的施舍。

[wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] only53

We	are	only53
我们	是	only53

我们只有53岁

['begəz] , [ænd; ənd][ðə; ði][məʊst] ['mɪzrəbl] [ə'mʌŋ] [ˌjuː 'es][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][məʊst] ['fɔːtʃənət] ,

beggars	,	and	the	most	miserable	among	us	are	the	most	fortunate	,
乞丐	,	和	这	最多	悲惨的	之中	我们	是	这	最多	幸运	,

乞丐，以及我们当中最悲惨的人，反而是最幸运的。

[fɔː(r); fə(r)] [ðiːz] [gɒd] [lʊks] [ə'pɒn] [wɪð] ['greɪtə(r)] [kəm'pæʃ(ə)n] . - .

for	these	God	looks	upon	with	greater	compassion	.	115	.
为了	这些	上帝	看起来	之上	和	更大的	同情	.	-	.

上帝对这些人怀有更大的怜悯。115.

[biː; bi][glæd] [ðæt] [men] [meɪk] [nəʊ] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][juː; jʊ] . - .

Be	glad	that	men	make	no	account	of	you	.	116	.
是	高兴的	那	男人	制作	不	帐户	的	你	.	-	.

你应该庆幸男人不把你当回事。116.

[kən'sɪdə(r)] [haʊ] [ɔːl][ðə; ði][vek'seiʃən][ɒv; əv][ðə; ði][pɑːst][hæv; həv] ['vænɪʃd] ;

Consider	how	all	the	vexations	of	the	past	have	vanished	;
考虑	如何	全部	这	烦恼	的	这	过去的	有	消失了	;

想想过去所有的烦恼都已消失殆尽；

[ðəʊz] [ɒv; əv][ðə; ði]['fjuːtʃə(r)][ʃæl; ʃəl] ['vænɪʃ] [ɪn][ðə; ði] [seɪm] [wei] . - .

those	of	the	future	shall	vanish	in	the	same	way	.	117	.
那些	的	这	未来	将	消失	在	这	相同的	方式	.	-	.

未来的那些人也将以同样的方式消失。117.

[ðə; ði] [greɪt] [pɔɪnt] [ɒv; əv][hjuː'mɪləti][ɪz][tuː; tə] [siː] , [tuː; tə] ['ɒnə(r)] , [tuː; tə] [sɜːv] ,

The	great	point	of	humility	is	to	see	,	to	honour	,	to	serve	,
这	伟大的	观点	的	谦逊	是	到	看	,	到	荣誉	,	到	服务	,

谦逊的真谛在于看见、尊重、服务。

[ænd; ənd] [kən'vɜːs] ['fitiŋli] [wɪð] [ðəʊz] [huːm] [wiː; wi][dɪs'laɪk] , -

and	converse	fittingly	with	those	whom	we	dislike	,	54
和	交谈	恰如其分	和	那些	谁	我们	不喜欢	,	-

并与我们不喜欢的人进行恰当的交谈，54

['kiːpɪŋ] [ɑː'selvz] ['hʌmb(ə)l] , ['dʒent(ə)l] , [ænd; ənd] [səb'mɪsɪv] [tuː; tə][ðem; ðəm] ,

keeping	ourselves	humble	,	gentle	,	and	submissive	to	them	,
保持	我们自己	谦逊的	,	温和的	,	和	顺从者	到	他们	,

我们要保持谦逊、温柔和顺从的态度。

[fɔː(r); fə(r)][rɪ'membə(r)] [ðæt] [ðə; ði] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði] [liːst] ['vɪzəb(ə)l][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði]

for	remember	that	the	humiliations	which	are	the	least	visible	are	the
为了	记住	那	这	羞辱	哪个	是	这	至少	可见的	是	这

['kiːnɪst] . - .

keenest	.	118	.
最热衷	.	-	.

要记住，最不为人知的羞辱往往是最痛苦的。118.

[let] ['aʊə(r)] [lɔːd] [tɜːn] [ˌjuː 'es][tuː; tə][ðə; ði] [left] [ɔː(r)][tuː; tə][ðə; ði] [raɪt] ,

Let	our	Lord	turn	us	to	the	left	or	to	the	right	,
让	我们的	主	转动	我们	到	这	左边	或者	到	这	正确的	,

愿主指引我们向左或向右。

[ænd; ənd] [send] [ˌjuː 'es][ɪn][ə; eɪ] ['hʌndrəd] [də'rekʃ(ə)nz] .

and	send	us	in	a	hundred	directions	.
和	发送	我们	在	一个	百	方向	.

把我们派往一百个不同的方向。

[hiː; hi]['nevə(r)][ə'bændən][juː 'es][bʌt; bət][tuː; tə][get]['kləuzə(r)] [pə'zeʃ(ə)n] [ɒv; əv][juː 'es] ;

He	never	abandons	us	but	to	get	closer	possession	of	us	;
他	绝不	放弃	我们	但	到	得到	更近	拥有	的	我们	;

他从未抛弃我们，反而是为了更紧密地占有我们;

[hiː; hi]['nevə(r)] [liːvz] [ˌjuː 'es][bʌt; bət][tuː; tə] [gɑːd] [ˌjuː 'es]['betə(r)] ;

He	never	leaves	us	but	to	guard	us	better	;
他	绝不	树叶	我们	但	到	警卫	我们	更好的	;

他离开我们，是为了更好地守护我们;

[hiː; hi]['nevə(r)] ['strʌglz] [wɪð] [ˌjuː 'es][bʌt; bət][tuː; tə]['entə(r)]['aʊə(r)][səʊlz][ænd; ənd] [bles] [ˌjuː 'es] . - .

He	never	struggles	with	us	but	to	enter	our	souls	and	bless	us	.	119	.
他	绝不	斗争	和	我们	但	到	进入	我们的	灵魂	和	保佑	我们	.	-	.

他从不与我们争斗，而是进入我们的灵魂，祝福我们。119.

['kʌrɪdʒ] !

Courage	!
勇气	!

勇气!

[let] [ˌjuː 'es] [kiːp] [ɒn][ɪn][ðə; ði] [ləʊ] ['væliz] [ɒv; əv][ðə; ði] [smɔːl] [ænd; ənd]['hʌmb(ə)l]['vɜːtjuːz] .

Let	us	keep	on	in	the	low	valleys	of	the	small	and	humble	virtues	.
让	我们	保持	在	在	这	低的	山谷	的	这	小的	和	谦逊的	美德	.

让我们继续在渺小而谦逊的美德的低谷中前行。

[ai] [lʌv] [ðiːz] [θriː] little55

I	love	these	three	little55
我	爱	这些	三	little55

我喜欢这三个小家伙55

['vɜːtjuːz] : ['dʒent(ə)lnəs][ɒv; əv] [hɑːt] , ['fɜːmnəs] [ɒv; əv][maɪnd] , [ænd; ənd] [sɪm'plɪsəti] [ɒv; əv][laɪf] . - .

virtues	:	gentleness	of	heart	,	firmness	of	mind	,	and	simplicity	of	life	.	120	.
美德	:	温柔	的	心	,	硬度	的	头脑	,	和	简单	的	生活	.	-	.

美德：心地温柔，意志坚定，生活简朴。120.

[ai] [ˌrekə'mend] [tuː; tə][juː; jʊ][mɔː(r)][ðæn; ðən] ['eniθɪŋ] [els] [ðə; ði]['eksəsaɪz][ɒv; əv]['həʊli]['dʒent(ə)lnəs]

I	recommend	to	you	more	than	anything	else	the	exercise	of	holy	gentleness
我	推荐	到	你	更多的	比	任何事物	别的	这	锻炼	的	圣	温柔

[ænd; ənd] ['swiːtnəs] [ɪn][ɔːl][ðə; ði] [ɪ'vents] [ɒv; əv] [ðɪs] [laɪf] . - .

and	sweetness	in	all	the	events	of	this	life	.	121	.
和	甜味	在	全部	这	活动	的	这	生活	.	-	.

我最想向你们推荐的，就是在人生的所有事情中，都要表现得圣洁的温柔和甜蜜。121.

[ə'kʌstəm] [jɔː'self] [ɪn][ɔːl] [ðæt] [juː; jʊ][duː; də][tuː; tə][ækt][ænd; ənd] [spiːk] ['dʒentli][ænd; ənd]['kwaɪətli] ,

Accustom	yourself	in	all	that	you	do	to	act	and	speak	gently	and	quietly	,
习惯	你自己	在	全部	那	你	做	到	行为	和	说话	轻轻地	和	悄悄	,

养成在一切言行中轻声细语的习惯。

[ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [siː] [ðæt] [ɪn] [θriː] [ɔː(r)][fɔː(r)] [j'iəz] [juː; jʊ] [wɪl] [kəm'pliːtli] [kən'trəʊl] [ðæt] [ə'brʌpt]

and	you	will	see	that	in	three	or	four	years	you	will	completely	control	that	abrupt
和	你	将要	看	那	在	三	或者	四	年	你	将要	完全地	控制	那	突然

[ɪm'pʌlsɪvnəs] . - .

impulsiveness	.	122	.
冲动	.	-	.

你会发现，三四年后，你就能完全控制住这种突然的冲动。122.

[hiː; hi] [huː] [kæn; kən] [prɪ'zɜːv] [piːs] [ɪn] the56

He	who	can	preserve	peace	in	the56
他	WHO	能	保存	和平	在	the56

能够维护和平的人，56

[mɪdst] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kən'fjuːʒn] [ænd; ənd] [kəm'pleksəti] [ɒv; əv] ['bɪznəs] , [ænd; ənd] ['swiːtnəs] [ɪn] [ðə; ði]

midst	**of**	**the**	**confusion**	**and**	**complexity**	**of**	**business**	**,**	**and**	**sweetness**	**in**	**the**
中间	的	这	困惑	和	复杂	的	商业	,	和	甜味	在	这

[mɪdst] [ɒv; əv] ['sʌfərɪŋ] ,

midst	**of**	**suffering**	**,**
中间	的	痛苦	,

在纷繁复杂的商业环境中，在苦难中，依然能感受到甜蜜。

[ɪz] ['ɔːlməʊst] ['pɜːfɪkt] . - .

is	**almost**	**perfect**	**.**	**123**	**.**
是	几乎	完美的	.	-	.

几乎完美。123。

[aɪ] [ˌrekə'mend] [tuː; tə] [juː; jʊ] [greɪt] ['iːvənnəs] [ɒv; əv] ['tempə(r)] , ['swiːtnəs] [ænd; ənd] ['dʒent(ə)lnəs]

I	**recommend**	**to**	**you**	**great**	**evenness**	**of**	**temper**	**,**	**sweetness**	**and**	**gentleness**
我	推荐	到	你	伟大的	均匀度	的	脾气	,	甜味	和	温柔

[ɒv; əv] [hɑːt] ;

of	**heart**	**;**
的	心	;

我建议你拥有平和的性情、温柔善良的心；

[fɔː(r); fə(r)] [ðiːz] ['vɜːtjuːz] , [laɪk] [ðə; ði] [ɔɪl] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [læmp] , [meɪn'teɪn] [ðə; ði] [fleɪm] [ɒv; əv] [gʊd]

for	**these**	**virtues**	**,**	**like**	**the**	**oil**	**of**	**a**	**lamp**	**,**	**maintain**	**the**	**flame**	**of**	**good**
为了	这些	美德	,	喜欢	这	油	的	一个	灯	,	维持	这	火焰	的	好的

[ɪg'zɑːmp(ə)l] ;

example	**;**
例子	;

要让这些美德，如同灯油一般，持续燃烧，树立榜样；

[fɔː(r); fə(r)] [ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [mɔː(r)] ['edɪfaɪɪŋ] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] [ðæn; ðən] ['tʃærətəbl] ['kaɪndlinəs]

for	**there**	**is**	**nothing**	**more**	**edifying**	**to**	**our**	**neighbour**	**than**	**charitable**	**kindliness**
为了	那里	是	没有什么	更多的	有益的	到	我们的	邻居	比	慈善	善良

. - .

.	**124**	**.**
.	-	.

因为没有什么比行善更能造福我们的邻居了。124.

[wen] [ʃæl; ʃəl] [wiː; wi] [biː; bi] ['həʊlli] [im'bjuː] [wɪð] ['swiːtnəs] [ænd; ənd] ['dʒent(ə)lnəs] [tə'wɔːdz] ['aʊə(r)]

When	**shall**	**we**	**be**	**wholly**	**imbued**	**with**	**sweetness**	**and**	**gentleness**	**towards**	**our**
什么时候	将	我们	是	完全	注入	和	甜味	和	温柔	向	我们的

['neɪbə(r)] ?

neighbour	**?**
邻居	?

我们何时才能对邻人充满温柔和善意?

[juː; jʊ] needed57

You	**needed57**
你	needed57

你需要57

['əʊnli] [ðæt] ; [jɔː(r); jə(r)] [ziːl] [wɒz; wəz] [gʊd] , [bʌt; bət] [ˌaɪ 'tiː] [hæd; həd] [ðɪs] [fɔːlt] ; [ˌaɪ 'tiː] [wɒz; wəz] [ə; eɪ]

only	**that**	**;**	**your**	**zeal**	**was**	**good**	**,**	**but**	**it**	**had**	**this**	**fault**	**;**	**it**	**was**	**a**
仅有的	那	;	你的	热情	曾是	好的	,	但	它	有	这	过错	;	它	曾是	一个

['lɪt(ə)l] ['bɪtə(r)] ,

little	**bitter**	**,**
小的	苦的	,

仅此而已；你的热情是好的，但它有一个缺点：有点苦涩。

['əʊvə(r)] - ['ɜːdʒənt] , [ænd; ənd] ['kæpʃəs] . - .

over	**-**	**urgent**	**,**	**and**	**captious**	**.**	**125**	**.**
超过	-	紧迫的	,	和	吹毛求疵的	.	-	.

过于急切，而且吹毛求疵。125.

[reɪz] [jɔː(r); jə(r)] [aɪz] [tuː; tə] ['hev(ə)n] ,
Raise **your** **eyes** **to** **heaven** **,**
增加 你的 眼睛 到 天堂 ,

抬头仰望天空，

[ænd; ənd] [ə'mʌŋ] [ðə; ði] ['mɔːtəlz] [naʊ] [ɪ'mɔːt(ə)l] [ðeə(r)][juː; jʊ] [wɪl] [nɒt][faɪnd][wʌn] [huː] [ə'teɪnd]
and **among** **the** **mortals** **now** **immortal** **there** **you** **will** **not** **find** **one** **who** **attained**
和 之中 这 凡人 现在 不朽 那里 你 将要 不是 寻找 一 WHO 已达到
[ɪ'tɜːn(ə)l] ['hæpinəs] [bʌt; bət] [θruː] [kən'tɪnjuəl] [ə'flikʃən] [ænd; ənd] ['trʌb(ə)l] . - .
eternal **happiness** **but** **through** **continual** **afflictions** **and** **trouble** **.** **126** **.**
永恒 幸福 但 通过 持续的 苦难 和 麻烦 . - .

而如今这些凡人已获得永生，你找不到一个不是通过持续的苦难和磨难才获得永恒幸福的人。126.

[let] [juː 'es]['hʌmb(ə)l] [ɑː'selvz] [prə'faʊndli] , [ænd; ənd] [ək'nɒlɪdʒ] [ðæt] [ɪf] [gɒd][biː; bi][nɒt]['aʊə(r)]
Let **us** **humble** **ourselves** **profoundly** **,** **and** **acknowledge** **that** **if** **God** **be** **not** **our**
让 我们 谦逊的 我们自己 深刻地 , 和 承认 那 如果 上帝 是 不是 我们的
[ʃiːld] [ænd; ənd] ['ɑːmə(r)] ,
shield **and** **armour** **,**
盾 和 盔甲 ,

让我们深深地谦卑自己，并承认，如果上帝不是我们的盾牌和盔甲，

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl][biː; bi] [pɪəst] [θruː] [ænd; ənd] [θruː] [wɪð] ['evri] [kaɪnd][ɒv; əv][sɪn] . - .
we **shall** **be** **pierced** **through** **and** **through** **with** **every** **kind** **of** **sin** **.** **58127** **.**
我们 将 是 穿孔 通过 和 通过 和 每一个 种类 的 罪 . - .

我们必被各种罪恶刺透。58127。

[aɪ][dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [ɪk'striːmli] ['ləʊli] [ænd; ənd]['hʌmb(ə)l][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [əʊn] [aɪz] ,
I **desire** **that** **you** **should** **be** **extremely** **lowly** **and** **humble** **in** **your** **own** **eyes** **,**
我 欲望 那 你 应该 是 极其 卑微的 和 谦逊的 在 你的 自己的 眼睛 ,

我希望你在自己眼中极其谦卑，

[ˌkɒndɪ'sendɪŋ] [ænd; ənd]['dʒent(ə)l][æz; əz][ə; eɪ] [dʌv] . - .
condescending **and** **gentle** **as** **a** **dove** **.** **128** **.**
居高临下的 和 温和的 作为 一个 鸽子 . - .

居高临下，温柔如鸽子。128.

[duː; də][nɒt][biː; bi] [kwɪk] [tuː; tə] [spiːk] ; [seɪ] [mʌtʃ] [baɪ][ə; eɪ] ['mɒdɪst] [ænd; ənd] [dʒuː'dɪʃəs] ['saɪləns] .
Do **not** **be** **quick** **to** **speak** **;** **say** **much** **by** **a** **modest** **and** **judicious** **silence** **.**
做 不是 是 快的 到 说话 ; 说 很多 经过 一个 谦虚的 和 明智的 沉默 .
- .
129 **.**
- .

不要急于开口；要以谦逊而明智的沉默表达很多。129.

[bɪ'həʊld][gɒd][ɪn][ɔːl] [θɪŋz] [wɪ'ðaʊt] [ɪk'sepʃ(ə)n] , [ˌækwi'es] [ɪn][ɔːl][hɪz; ɪz] [kə'mændz] [wɪð] [greɪt]
Behold **God** **in** **all** **things** **without** **exception** **,** **acquiescing** **in** **all** **his** **commands** **with** **great**
看哪 上帝 在 全部 事物 没有 例外 , 默许 在 全部 他的 命令 和 伟大的
[sɪm'plɪsəti] . - .
simplicity **.** **130** **.**
简单 . - .

在万事万物中，无一例外地，都要看清上帝的存在，以极大的单纯顺服他的一切命令。130.

[seɪ] ['friːkwəntli] , [ɪn][ðə; ði][mɪdst] of59
Say **frequently** **,** **in** **the** **midst** **of59**
说 频繁地 , 在 这 中间 of59

经常说，在59

[jɔ:(r); jə(r)] [kɒntrə'dɪkʃnz] [ænd; ənd] ['sʌfərɪŋz] : [ðɪs] [ɪz][ðə; ði][pɑ:θ][tu:; tə]['hev(ə)n] ; [ai][bɪ'həʊld][ðə; ði]
your **contradictions** **and** **sufferings** **:** **This** **is** **the** **path** **to** **heaven** **;** **I** **behold** **the**
你的 矛盾 和 苦难 : 这 是 这 小路 到 天堂 ; 我 看哪 这
[geɪt] ,
gate **,**
门 ,

你的矛盾和苦难：这是通往天堂的道路；我看见了那扇门，

[ænd; ənd][ai][ˌeɪ 'em][ʃʊə(r)] [ðæt] [ðə; ði][stɔ:rmz] [wɪl] [nɒt] [prɪ'vent] [maɪ] ['ri:tʃɪŋ] [ˌaɪ 'ti:] . - .
and **I** **am** **sure** **that** **the** **storms** **will** **not** **prevent** **my** **reaching** **it** **.** **131** **.**
和 我 是 当然 那 这 暴风雨 将要 不是 防止 我的 到达 它 . - .

我相信暴风雨不会阻止我到达那里。131.

[teɪk] [nəʊ] ['trʌb(ə)l] [ɒn] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [wɒt] [ðə; ði] [wɜ:ld] [θɪŋks] [ɒv; əv][ju:; jʊ] ;
Take **no** **trouble** **on** **account** **of** **what** **the** **world** **thinks** **of** **you** **;**
拿 不 麻烦 在 帐户 的 什么 这 世界 思考 的 你 ;

不要在意世人对你的看法；

[dɪ'spaɪz] [ɪts] [gʊd] [ə'pɪnjən] [ænd; ənd][ɪts] [kən'tempt] ,
despise **its** **good** **opinion** **and** **its** **contempt** **,**
鄙视 它是 好的 观点 和 它是 鄙视 ,

鄙视它的好感和轻蔑，

[ænd; ənd][let][ˌaɪ 'ti:] [seɪ] [wɒt] [ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [ɒv; əv] [gʊd] [ɔ:(r)]['i:v(ə)l] . - .
and **let** **it** **say** **what** **it** **will** **of** **good** **or** **evil** **.** **132** **.**
和 让 它 说 什么 它 将要 的 好的 或者 邪恶的 . - .

让它说出它想说的善或恶吧。132.

[du:; də][nɒt] [θɪŋk] [ðæt] ['aʊə(r)] [lɔ:d] [ɪz] ['fɜ:ðə(r)] [frɒm; frəm][ju:; jʊ][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv] ['tɜ:mɔɪl] . . . .
Do **not** **think** **that** **our** **Lord** **is** **further** **from** **you** **in** **the** **midst** **of** **turmoil** **.** **.** **.** **.**
做 不是 思考 那 我们的 主 是 更远 从 你 在 这 中间 的 动荡 . . . .

不要以为在动荡之中，我们的主就离你更远了.....

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][nɒt] [træŋ'kwɪləti] [wɪtʃ] [brɪŋz] [hɪm][tu:; tə]['aʊə(r)] [hɑ:ts] , [bʌt; bət][ðə; ði][fɪ'deləti][ɒv; əv]
It **is** **not** **tranquillity** **which** **brings** **Him** **to** **our** **hearts** **,** **but** **the** **fidelity** **of**
它 是 不是 宁静 哪个 带来 他 到 我们的 心 , 但 这 忠诚 的
['aʊə(r)] [lʌv] . - .
our **love** **.** **60133** **.**
我们的 爱 . - .

使祂进入我们心中的不是平静，而是我们忠贞的爱。60133

[frɒm; frəm] [deɪ] [tu:; tə] [deɪ] [wɪð'drɔ:] [jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] [frɒm; frəm][ɔ:l][kaɪndz][ɒv; əv] [ə'mju:zmənt]
From **day** **to** **day** **withdraw** **your** **heart** **from** **all** **kinds** **of** **amusement**
从 天 到 天 提取 你的 心 从 全部 种类 的 娱乐
[ænd; ənd]['vænəti] ,
and **vanity** **,**
和 虚荣 ,

日复一日地将你的心从各种娱乐和虚荣中抽离出来，

. . . [frɒm; frəm][ɔ:l] [ðæt] [tɜ:nz] [ju:; jʊ][frɒm; frəm][ə; eɪ]['blesɪd; blest] [ɪ'tɜ:nəti] . - .
. **.** **.** **from** **all** **that** **turns** **you** **from** **a** **blessed** **eternity** **.** **134** **.**
. . . 从 全部 那 转弯 你 从 一个 蒙福 永恒 . - .

.....远离一切使你无法获得幸福永恒的事物。134.

[ai][dɪ'zaɪə(r)][tu:; tə] [lʌv] [gɒd][ɔ:(r)][daɪ] ; [deθ] [ɔ:(r)] [lʌv] ,
I **desire** **to** **love** **God** **or** **die** **;** **death** **or** **love** **,**
我 欲望 到 爱 上帝 或者 死 ; 死亡 或者 爱 ,

我渴望爱上帝，否则就死；要么死，要么爱。

[fɔ:(r); fə(r)][laɪf] [wɪ'ðaʊt] [lʌv] [ɪz] [wɜ:s] [ðæn; ðən] [deθ] . - .
for **life** **without** **love** **is** **worse** **than** **death** **.** **135** **.**
为了 生活 没有 爱 是 更糟 比 死亡 . - .

没有爱的生活比死亡更糟糕。135.

[əʊ][gɒd] !
O God !
哦 上帝 !

我的上帝啊!

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tə'wɔːdz] [ðiː] [ðæt] [ai][ˌeɪ 'em] ['seɪlɪŋ] . . . .
it is towards Thee that I am sailing . . . .
它 是 向 汝 那 我 是 帆船 . . . .

我正驶向你.....

[wiː; wi] [riːtʃ] [ðə; ði] [pɔːt] [θruː] [ɔːl] [stɔːrmz] , [prə'vaɪdɪd][wiː; wi][hæv; həv][æn; ən] ['ʌpraɪt] [hɑːt] ,
We reach the port through all storms , provided we have an upright heart ,
我们 抵达 这 港口 通过 全部 暴风雨 , 假如 我们 有 一个 直立 心 ,

只要我们心怀正直，就能克服一切风暴，抵达港口。

[ə; eɪ] [gʊd] [ɪn'tenʃ(ə)n] , [fɜːm] ['kʌrɪdʒ] , ['aʊə(r)] [aɪz] [fɪkst] [ə'pɒn] [gɒd] , [ænd; ənd][ɔːl]['aʊə(r)]
a good intention , firm courage , our eyes fixed upon God , and all our
一个 好的 意图 , 公司 勇气 , 我们的 眼睛 固定的 之上 上帝 , 和 全部 我们的
['kɒnfɪdəns] [ɪn][hɪm] . - .
confidence in Him . 61136 .
信心 在 他 . - .

良好的意愿，坚定的勇气，我们的目光定睛在上帝身上，以及我们对他的全部信心。61136。

[duː; də][nɒt][biː; bi] [vekst] [æt; ət][ðə; ði] [ə'nɔiəns] [wɪtʃ] [kʌm] [frɒm; frəm][ðə; ði][kəm'pleksəti][ɒv; əv]
Do not be vexed at the annoyances which come from the complexity of
做 不是 是 烦恼 在 这 烦心事 哪个 来 从 这 复杂 的
['bɪznəs] ; [bɪ'liːv] [ˌem 'iː] ,
business ; believe me ,
商业 ; 相信 我 ,

不要为商业复杂性带来的烦恼而烦恼；相信我，

[truː] ['vɜːtʃuː][ɪz][nɒt] ['nʌrɪʃt] [ɪn][ɪk'stɪəriə(r)] [rɪ'pəʊz] ['eni] [mɔː(r)][ðæn; ðən] [gʊd] [fɪʃ] [ɪn]['stægnənt]
true virtue is not nourished in exterior repose any more than good fish in stagnant
真的 美德 是 不是 营养 在 外部的 休息 任何 更多的 比 好的 鱼 在 停滞不前
['wɔːtə(r)] . - .
water . 137 .
水 . - .

真正的美德不会在表面的安逸中得到滋养，就像好鱼不会在死水中生长一样。137.

[kiːp] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːts] [wel] ['ʌndə(r)][kən'trəʊl] , [bɪ'weə(r)][ɒv; əv]['əʊvə(r)] - [æŋ'zaɪəti] .
Keep your hearts well under control , beware of over - anxiety .
保持 你的 心 出色地 在下面 控制 , 提防 的 超过 - 焦虑 .

控制好自己的情绪，避免过度焦虑。

[pleɪs] [jɔː(r); jə(r)] ['kɒnfɪdəns] [ɪn][ðə; ði] ['prɒvɪdəns] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] .
Place your confidence in the providence of our Lord .
地方 你的 信心 在 这 普罗维登斯 的 我们的 主 .

将你的信心寄托于主的旨意。

[biː; bi] ['fʊli] [kən'vɪnst] [ðæt] ['hev(ə)n] [ænd; ənd] [ɜːθ] [ʃæl; ʃəl] [pɑːs] [ə'weɪ] ['rɑːðə(r)][ðæn; ðən] [ðæt] ['aʊə(r)]
Be fully convinced that heaven and earth shall pass away rather than that our
是 完全 确信 那 天堂 和 地球 将 经过 离开 相当 比 那 我们的
[lɔːd] [ʃæl; ʃəl][feɪl][tuː; tə] [prə'tekt] [juː; jʊ] [waɪl] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][hɪz; ɪz] [ə'biːdiənt] ['dɔːtə(r)] ,
Lord shall fail to protect you while you are his obedient daughter ,
主 将 失败 到 保护 你 尽管 你 是 他的 听话 女儿 ,

你要坚信，天地终将消逝，但你作为他顺从的女儿，他的主绝不会辜负你的庇护。

[ɔː(r)] , [æt; ət] [liːst] , [dɪ'zaɪərəs][tuː; tə][ə'beɪ] [hɪm] . - .
or , at least , desirous to obey Him . 62138 .
或者 , 在 至少 , 渴望 到 服从 他 . - .

或者至少，渴望服从他。62138。

[lɪv; laɪv] ['həʊlli] [ɪn]['aʊə(r)] [lɔːd] , [let] [hɪm] [biː; bi][ðə; ði] ['ætməsfɪə(r)] [ɪn] [wɪtʃ] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt]

Live	wholly	in	our	Lord	,	let	Him	be	the	atmosphere	in	which	your	heart
居住	完全	在	我们的	主	,	让	他	是	这	气氛	在	哪个	你的	心

[briːð] [æt; ət] [iːz] . - .

breathes	at	ease	.	139	.
呼吸	在	舒适	.	-	.

全心全意地活在我们的主里，让祂成为你心灵得以安宁的氛围。139.

[gɪv] [pə'tɪkjələ(r)] [ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə][ðə; ði] ['præktɪs] [ɒv; əv]['dʒent(ə)lnəs] , ['stʌdi] ['evri] [pʌl'seɪʃn] [ɒv; əv]

Give	particular	attention	to	the	practice	of	gentleness	,	study	every	pulsation	of
给	特别的	注意力	到	这	实践	的	温柔	,	学习	每一个	脉动	的

[jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] ,

your	heart	,
你的	心	,

特别注意练习轻柔，仔细感受你心脏的每一次跳动。

[ænd; ənd] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi][nɒt]['dʒent(ə)l] , [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][səʊ][bɪ'fɔː(r)] [ɔːl] [θɪŋz] . - .

and	if	it	be	not	gentle	,	make	it	so	before	all	things	.	140	.
和	如果	它	是	不是	温和的	,	制作	它	所以	前	全部	事物	.	-	.

如果它不够温和，那就先让它变得温和。140.

[ai][dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [ə'pɒn] [ɔːl] [ə'keɪʒnz] ['djʊərɪŋ][ðə; ði] [deɪ] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [ɪn'tɪrɪərli] [ˌrekə'lekt] [jɔː'self]

I	desire	that	upon	all	occasions	during	the	day	you	should	interiorly	recollect	yourself
我	欲望	那	之上	全部	场合	期间	这	天	你	应该	内部	追忆	你自己

[ɪn] [gɒd] ,

in	God	,
在	上帝	,

我希望你们在一天中的任何时刻都能在内心深处默想上帝。

[ə'dresɪŋ] [hɪm] [ə; eɪ] [fjuː] [wɜːdz] [ɒv; əv] [fɪ'deləti] [ænd; ənd] [lʌv] . - .

addressing	Him	a	few	words	of	fidelity	and	love	.	141	.
解决	他	一个	很少	字	的	忠诚	和	爱	.	-	.

向他表达了几句忠诚和爱意。141.

[bɪ'liːv] [ˌem 'iː] , [gɒd] [lʌvz] souls63

Believe	me	,	God	loves	souls63
相信	我	,	上帝	爱	souls63

相信我，上帝爱世人。63

['ʃeɪkən] [baɪ] [stɔːrmz] ,

shaken	by	storms	,
摇晃	经过	暴风雨	,

被暴风雨撼动，

[prə'vaɪdɪd] [ðeɪ] [rɪ'siːv] [ɔːl][frɒm; frəm][hɪz; ɪz][hændz][ænd; ənd] ['væliəntli] [straɪv] [tuː; tə] [rɪ'meɪn] ['feɪθf(ə)l]

provided	they	receive	all	from	his	hands	and	valiantly	strive	to	remain	faithful
假如	他们	收到	全部	从	他的	双手	和	英勇地	努力	到	保持	忠实

[ɪn][ðə; ði][mɪdst] [ɒv; əv]['kɔmbæt, kəm'bæt] . - .

in	the	midst	of	combats	.	142	.
在	这	中间	的	战斗	.	-	.

只要他们接受他的一切，并在战斗中英勇地努力保持忠诚。142.

[wʌn] [ɒv; əv][ðə; ði][best] ['penəns] [ænd; ənd][ˌsætɪs'fækʃən] [wɪtʃ] [ə; eɪ] [hɑːt] ['gɪlti] [ɒv; əv][sʌm; səm]

One	of	the	best	penances	and	satisfactions	which	a	heart	guilty	of	some
一	的	这	最好的	忏悔	和	满意度	哪个	一个	心	有罪的	的	一些

[fɔːlt] [kæn; kən]['ɒfə(r)][ɪz][tuː; tə][ɪn'djʊə(r)][ə; eɪ][kən'tɪnjuəl] [krɒs] [ænd; ənd][ˌæbnɪ'geɪʃ(ə)n][ɒv; əv][ɪts][self] -

fault	can	offer	is	to	endure	a	continual	cross	and	abnegation	of	its	self	-
过错	能	提供	是	到	忍受	一个	持续的	叉	和	放弃	的	它是	自己	-

[lʌv] . - .

love	.	143	.
爱	.	-	.

对于一颗犯了错的心来说，最好的忏悔和满足之一就是忍受持续的苦难和对自爱的否定。143.

[ˌaɪ 'tiː] [gɪvz] [ˌem 'iː][æn; ən] [ɪn'kɒmprəbl] ['pleʒə(r)] [tuː; tə] [θɪŋk] [ɒv; əv][ðə; ði] [greɪt] ['ɒnə(r)] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]

It	gives	me	an	incomparable	pleasure	to	think	of	the	great	honour	it	is
它	给予	我	一个	无与伦比	乐趣	到	思考	的	这	伟大的	荣誉	它	是

[fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ][səʊl][tuː; tə] [spiːk] [hɑːt] [tuː; tə] [hɑːt] [wɪð] [ɪts][gɒd] — [ðæt] [greɪt] ,

for	a	soul	to	speak	heart	to	heart	with	its	God	—	that	great	,
为了	一个	灵魂	到	说话	心	到	心	和	它是	上帝	—	那	伟大的	,

想到灵魂能够与上帝进行心灵对话是多么大的荣耀，我就感到无比的喜悦——那份伟大的荣耀。

['sɒvrɪn] ['ɪnfɪnət] ['biːɪŋ] — [jes] , [fɔː(r); fə(r)] [wɒt] the64

sovereign	infinite	Being	—	yes	,	for	what	the64
主权	无限	存在	—	是的	,	为了	什么	the64

至高无上的无限存在——是的，为了什么64

[hɑːt] [sez] [tuː; tə][gɒd][ɪz] [nəʊn] ['əʊnli][tuː; tə][gɒd] [hɪm'self] .

heart	says	to	God	is	known	only	to	God	Himself	.
心	说道	到	上帝	是	已知	仅有的	到	上帝	他本人	.

只有上帝才知道人心对上帝说的话。

[ɪz][nɒt] [ðɪs] [ə; eɪ] ['mɑːvələs] ['siːkrət] ! - .

Is	not	this	a	marvellous	secret	!	144	.
是	不是	这	一个	奇妙	秘密	!	-	.

这难道不是一个惊人的秘密吗！144.

[wen] [wiː; wi] [preɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wel] [tuː; tə] [θɪŋk] [ðæt] [ðeə(r)][ɪz][nəʊ][wʌn][ɪn][ðə; ði] [wɜːld] [bʌt; bət][gɒd] .

When	we	pray	it	is	well	to	think	that	there	is	no	one	in	the	world	but	God	.
什么时候	我们	祈祷	它	是	出色地	到	思考	那	那里	是	不	一	在	这	世界	但	上帝	.

- .

145	.
-	.

我们祈祷时，最好记住，世界上除了上帝之外，没有其他人。145.

[ðə; ði] [greɪt] ['siːkrət][ɪn] [preə(r)] [ɪz] ['sɪmpli] [tuː; tə] ['fɒləʊ] [ðə; ði] [ət'rækʃnz] [ɒv; əv][ðə; ði] [hɑːt] .

The	great	secret	in	prayer	is	simply	to	follow	the	attractions	of	the	heart	.
这	伟大的	秘密	在	祷告	是	简单地	到	跟随	这	景点	的	这	心	.

祈祷的秘诀就在于跟随内心的指引。

[wiː; wi][mʌst; məst][gəʊ][ɒn][ɪn] [gʊd] [feɪθ] [ænd; ənd] [wɪð] [pjʊə(r)] [ɪn'tenʃ(ə)n] [tuː; tə] [riːtʃ] [gɒd] ,

We	must	go	on	in	good	faith	and	with	pure	intention	to	reach	God	,
我们	必须	去	在	在	好的	信仰	和	和	纯的	意图	到	抵达	上帝	,

我们必须本着诚意和纯粹的意图继续前进，才能接近上帝。

[tuː; tə] [lʌv] [hɪm] , [ænd; ənd][juˈnaɪt] [ɑː'selvz] [tuː; tə][hɪm] .

to	love	Him	,	and	unite	ourselves	to	Him	.
到	爱	他	,	和	团结	我们自己	到	他	.

爱他，并与他联合。

[truː] [lʌv] [hæz; həz]['lɪt(ə)l] ['meθəd] . - .

True	love	has	little	method	.	65146	.
真的	爱	有	小的	方法	.	-	.

真爱没有太多方法。65146。

[juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][səʊ][ɪn] [lʌv] [wɪð] [gɒd] [ðæt] ['iːv(ə)n] [ðəʊ] [juː; jʊ][kæn; kən][duː; də] ['nʌθɪŋ] [ɪn] [hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] ,

You	should	be	so	in	love	with	God	that	even	though	you	can	do	nothing	in	his	presence	,
你	应该	是	所以	在	爱	和	上帝	那	甚至	尽管	你	能	做	没有什么	在	他的	在场	,

你应该如此深爱上帝，即使你在他面前什么都做不了，

[juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [ˌnevəðə'les] [biː; bi][glæd][tuː; tə][biː; bi][nɪə(r)][hɪm] ,

you	should	nevertheless	be	glad	to	be	near	Him	,
你	应该	尽管如此	是	高兴的	到	是	靠近	他	,

然而，你应该为能亲近祂而感到高兴。

[wɜː(r); wə(r)][ˌaɪ 'tiː]['əʊnli][tuː; tə] [siː] [hɪm][ænd; ənd] [lʊk] [æt; ət][hɪm][frɒm; frəm][taɪm][tuː; tə][taɪm] . -

were	it	only	to	see	Him	and	look	at	Him	from	time	to	time	.	147
是	它	仅有的	到	看	他	和	看	在	他	从	时间	到	时间	.	-

.

:

.

哪怕只是偶尔看看他，看看他。147.

[wen] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪz] [dɪ'stræktɪd] [ɪn] [preə(r)] ,

When	your	heart	is	distracted	in	prayer	,
什么时候	你的	心	是	愣	在	祷告	,

当你在祷告时心不在焉时，

[brɪŋ] [ˌaɪ 'tiː]['dʒentli] [bæk] [tuː; tə][ðə; ðiː] [pɔɪnt] [frɒm; frəm] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] ['wɔndə] ,

bring	it	gently	back	to	the	point	from	which	it	has	wandered	,
带来	它	轻轻地	后退	到	这	观点	从	哪个	它	有	漫步	,

轻轻地把它带回它偏离的起点。

[ænd; ənd] [leɪ] [ˌaɪ 'tiː] ['tendəli] [æt; ət][ðə; ðiː] [fiːt] [ɒv; əv][ɪts]['mɑːstə(r)] .

and	lay	it	tenderly	at	the	feet	of	its	Master	.
和	躺	它	温柔地	在	这	脚	的	它是	掌握	.

并温柔地将它放在主人的脚下。

[ɪf] [juː; jʊ][duː; də][bʌt; bət] [ðɪs] [jɔː(r); jə(r)]['aʊə(r)] [wɪl] [biː; bi] [wel] [ɪm'plɔɪd] . - .

If	you	do	but	this	your	hour	will	be	well	employed	.	148	.
如果	你	做	但	这	你的	小时	将要	是	出色地	受雇	.	-	.

如果你这样做，那么你这一个小时就物尽其用了。148.

[ɪf] [wiː; wi][kæn; kən] [spiːk] [tuː; tə]['aʊə(r)] [lɔːd] in66

If	we	can	speak	to	our	Lord	in66
如果	我们	能	说话	到	我们的	主	in66

如果我们能在66年与我们的主交谈

[preə(r)] [let][ˌjuː 'es] [spiːk] [tuː; tə][hɪm] , [preɪz] [hɪm] , ['lɪs(ə)n][tuː; tə][hɪm] .

prayer	let	us	speak	to	Him	,	praise	Him	,	listen	to	Him	.
祷告	让	我们	说话	到	他	,	称赞	他	,	听	到	他	.

祷告让我们与祂交谈，赞美祂，聆听祂。

[ɪf] [wiː; wi] ['kænɒt] [spiːk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['spɪrɪtʃuəli] [hɔːs] ,

If	we	cannot	speak	because	we	are	spiritually	hoarse	,
如果	我们	不能	说话	因为	我们	是	精神层面	嘶哑	,

如果我们因为灵性上的嘶哑而无法说话，

[let][ˌjuː 'es] [steɪ] [ˌnevəðə'les] [ænd; ənd] [meɪk] [hɪm][ə; eɪ] ['revərəns] . - .

let	us	stay	nevertheless	and	make	Him	a	reverence	.	149	.
让	我们	停留	尽管如此	和	制作	他	一个	尊敬	.	-	.

尽管如此，我们还是要留下来，敬畏他。149.

[wɒt] [ə; eɪ] ['hæpinəs] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [wɪð] [gɒd] ,

What	a	happiness	it	is	to	be	with	God	,
什么	一个	幸福	它	是	到	是	和	上帝	,

与神同在是多么幸福啊！

[nəʊ][wʌn] ['nəʊɪŋ] [wɒt] ['pɑːsɪz] [bɪ'twiːn] [gɒd][ænd; ənd][ðə; ðiː] [hɑːt] [bʌt; bət][gɒd] [hɪm'self][ænd; ənd]

no	one	knowing	what	passes	between	God	and	the	heart	but	God	Himself	and
不	一	会心	什么	通过	之间	上帝	和	这	心	但	上帝	他本人	和

[ðə; ðiː] [ə'dɔːrɪŋ] [hɑːt] . - .

the	adoring	heart	.	150	.
这	崇拜	心	.	-	.

除了上帝和虔诚的心灵之外，没有人知道上帝和心灵之间发生了什么。150.

[ai][ʃʊd; ʃəd] [laɪk] [tu:; tə] [hæv; həv] [ə; eɪ] [gʊd] ['hæmə(r)] [wɪð] [wɪtʃ] [tu:; tə] [blʌnt] [ðə; ði] ['ʃɑ:pnəs] [ɒv; əv]

I	should	like	to	have	a	good	hammer	with	which	to	blunt	the	sharpness	of
我	应该	喜欢	到	有	一个	好的	锤	和	哪个	到	钝	这	锐利度	的

[jɔ:(r); jə(r)][maɪnd] ,

your	mind	,
你的	头脑	,

我真想找把好锤子，用来钝化你那敏锐的头脑。

[wɪtʃ] [ɪz] [tu:] ['sʌt(ə)l] [ɪn] [ɪts] [aɪ'diəz] [ɒv; əv] [jɔ:(r); jə(r)] [əd'vɑ:nsmənt] .

which	is	too	subtle	in	its	ideas	of	your	advancement	.
哪个	是	也	微妙的	在	它是	想法	的	你的	进步	.

它对你的发展构想过于隐晦。

[aɪ] [hæv; həv] ['ɒf(ə)n] [təʊld] [ju:; jʊ] [ðæt] [ɪn] devotion67

I	have	often	told	you	that	in	devotion67
我	有	经常	讲述	你	那	在	devotion67

我曾多次告诉你们，在虔诚中67

[wi:; wi] [mʌst; məst] [gəʊ] [ɒn] [ɪn] [gʊd] [feɪθ] , ['æktɪŋ] ['fræŋkli] [ænd; ənd] ['prɒmptli] .

we	must	go	on	in	good	faith	,	acting	frankly	and	promptly	.
我们	必须	去	在	在	好的	信仰	,	表演	坦率地说	和	及时	.

我们必须本着诚意，坦诚迅速地采取行动。

[ɪf] [ju:; jʊ] [du:; də] [wel] , [preɪz] [gɒd] ; [ɪf] [ɪl] , ['hʌmb(ə)l] [jɔ:'self] . - .

If	you	do	well	,	praise	God	;	if	ill	,	humble	yourself	.	151	.
如果	你	做	出色地	,	称赞	上帝	;	如果	患病的	,	谦逊的	你自己	.	-	.

做得好，就赞美上帝；做得不好，就谦卑自己。151.

['hʌmb(ə)l] [jɔ:'self] [prə'faʊndli] , [ænd; ənd] [ɜ:dʒ] [ɒn] [jɔ:(r); jə(r)] [səʊl] [wɪð] [ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv] [kraɪst]

Humble	yourself	profoundly	,	and	urge	on	your	soul	with	the	love	of	Christ
谦逊的	你自己	深刻地	,	和	敦促	在	你的	灵魂	和	这	爱	的	基督

['kru:sɪfaɪd] ,

crucified	,
被钉在十字架上	,

要深深地谦卑自己，用被钉十字架的基督的爱来激励自己的灵魂。

[ðæt] [ju:; jʊ] [meɪ] [bi:; bi] ['eɪb(ə)l] [tu:; tə] ['spɪrɪtʃuəli] [daɪ'dʒest] [ðɪs] ['hev(ə)nli] [fu:d] . - .

that	you	may	be	able	to	spiritually	digest	this	heavenly	food	.	152	.
那	你	可能	是	有能力的	到	精神层面	消化	这	天上	食物	.	-	.

愿你们能在精神上消化这天赐的食物。152.

[hi:; hi] [hu:] [kə'mju:nikeits] [ə'kɔ:dɪŋ] [tu:; tə] [ðə; ði] ['spɪrɪt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [spaʊs] [ə'naiə,leit] [hɪm'self]

He	who	communicates	according	to	the	spirit	of	the	Spouse	annihilates	himself
他	WHO	沟通	根据	到	这	精神	的	这	配偶	湮灭	他自己

[bɪ'fɔ:(r)] [gɒd] ,

before	God	,
前	上帝	,

按照配偶的精神进行沟通的人，会在上帝面前自我毁灭。

['seɪɪŋ] [tu:; tə] ['aʊə(r)] [lɔ:d] : [dɪ'strɔɪ] [ˌem 'i:] , [ə'naɪəleɪt] [ˌem 'i:] , [ænd; ənd] [kən'vɜ:t] [ˌem 'i:] ['ɪntu:] [ði:] ;

saying	to	our	Lord	:	Destroy	me	,	annihilate	me	,	and	convert	me	into	Thee	;
说	到	我们的	主	:	破坏	我	,	歼灭	我	,	和	转变	我	进入	汝	;

then68

then68
then68

对我们的主说：毁灭我，消灭我，使我归于你；然后68

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [nəʊ] [lɒŋgə(r)] [wi:; wi] [hu:] [lɪv; laɪv] , [bʌt; bət] ['dʒi:zəs] [kraɪst] , [hu:] ['lɪvəθ] [ɪn] [ˌju: 'es] . - .

it	is	no	longer	we	who	live	,	but	Jesus	Christ	,	who	liveth	in	us	.	153	.
它	是	不	更长	我们	WHO	居住	,	但	耶稣	基督	,	WHO	活着	在	我们	.	-	.

现在活着的不再是我们，乃是耶稣基督在我们里面活着。153

[wen] [ðə; ði]['mʌðə(r)] [pɜ:l] [hæz; həz] [rɪ'si:vd] [ðə; ði][drɒps][ɒv; əv][ðə; ði] [freʃ] ['mɔ:nɪŋ] [dju:][ˌaɪ 'ti:]

When	the	mother	pearl	has	received	the	drops	of	the	fresh	morning	dew	it
什么时候	这	母亲	珍珠	有	已收到	这	滴	的	这	新鲜的	早晨	露	它

[drɔ:z] [wɪ'ðɪn] [ɪt'self][ænd; ənd][kləuziz][ɪts] [ʃel] [tu:; tə] [prɪ'zɜ:v] [ðem; ðəm] [freʃ] ;

draws	within	itself	and	closes	its	shell	to	preserve	them	fresh	;
平局	之内	本身	和	关闭	它是	壳	到	保存	他们	新鲜的	;

当母珍珠吸收了清晨的露珠后，它会将露珠吸入体内并闭合壳内，以保持其新鲜。

[ɪn][laɪk]['mænə(r)] , [wen] [ju:; jʊ][hæv; həv] [rɪ'si:vd] [ðə; ði]['blesɪd; blest]['sækrəmənt] ,

in	like	manner	,	when	you	have	received	the	Blessed	Sacrament	,
在	喜欢	方式	,	什么时候	你	有	已收到	这	蒙福	圣餐	,

同样地，当你领受圣体圣事之后，

[wɪð'drɔ:] ['ɪntu:] [jɔ:'self] [ænd; ənd] [kə'lekt] [ɔ:l][ðə; ði]['fæk(ə)ltɪz][ɒv; əv][jɔ:(r); jə(r)][səʊl][tu:; tə][ə'dɔ:(r)] [ðɪs]

withdraw	into	yourself	and	collect	all	the	faculties	of	your	soul	to	adore	this
提取	进入	你自己	和	收集	全部	这	学院	的	你的	灵魂	到	崇拜	这

['sɒvrɪn] [kɪŋ] ,

sovereign	King	,
主权	国王	,

退隐内心，调动你灵魂的所有能力来敬拜这位至高无上的君王。

[ænd; ənd] ['relɪʃ] [baɪ][ə; eɪ] ['laɪvli] [feɪθ] [ðə; ði]['spɪrɪtʃuəl] [rɪ'freʃmənt] [wɪtʃ] [ðɪs] [dɪ'vaɪn][dʒɜ:m]

and	relish	by	a	lively	faith	the	spiritual	refreshment	which	this	Divine	Germ
和	尽情享用	经过	一个	热闹	信仰	这	精神	清爽	哪个	这	神圣的	细菌

[pɹədj'u:sɪz][ɪn][jɔ:(r); jə(r)] [brest] . - .

produces	in	your	breast	.	154	.
产	在	你的	胸部	.	-	.

并以活泼的信仰来享受这神圣种子在你心中产生的精神滋养。154.

[teɪk] [jɔ:(r); jə(r)][rest][æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] possible69

Take	your	rest	as	much	as	possible69
拿	你的	休息	作为	很多	作为	possible69

尽可能多休息。69

[nɪə(r)][ðə; ði] ['hev(ə)nli] ['ɪnfənt] .

near	the	heavenly	Infant	.
靠近	这	天上	婴儿	.

在天上的婴孩附近。

[si:] [haʊ] [hi:; hi] [rɪ'si:vz] [ðə; ði] [breθ] [ɒv; əv] [ðæt] [greɪt] [ɒks][ænd; ənd] [ðæt] [æs] ,

See	how	He	receives	the	breath	of	that	great	ox	and	that	ass	,
看	如何	他	接收	这	气息	的	那	伟大的	牛	和	那	屁股	,

看看祂是如何接受那头大牛和那头驴的呼吸的，

[wɪtʃ] ['naɪðə(r)] [fi:l] [hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] [nɔ:(r)] [ʃəʊ] [ˌaɪ 'ti:][baɪ]['eni] ['mu:vmənt] .

which	neither	feel	his	presence	nor	show	it	by	any	movement	.
哪个	两者都不	感觉	他的	在场	也不	展示	它	经过	任何	移动	.

既感觉不到他的存在，也没有任何动作表现出来。

[wɪl] [hi:; hi][nɒt] [ðen] [rɪ'si:v] [ðə; ði] [ˌɪnspə'reɪʃnz] [ɒv; əv]['aʊə(r)][pɔ:(r); pʊə(r)] [hɑ:ts] ? - .

Will	He	not	then	receive	the	inspirations	of	our	poor	hearts	?	155	.
将要	他	不是	然后	收到	这	灵感	的	我们的	贫穷的	心	?	-	.

难道祂不会接受我们贫乏心灵的感召吗？155.

[haʊ] ['hæpi] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][hæd; həd][wi:; wi]['əʊnli]['dʒi:zəs][ɪn]['aʊə(r)] [ˌʌndə'stændɪŋ] , ['əʊnli]

How	happy	we	should	be	had	we	only	Jesus	in	our	understanding	,	only
如何	快乐的	我们	应该	是	有	我们	仅有的	耶稣	在	我们的	理解	,	仅有的

['dʒi:zəs][ɪn]['aʊə(r)][ɪˌmædʒɪ'neɪʃ(ə)n] !

Jesus	in	our	imagination	!
耶稣	在	我们的	想像力	!

如果我们只在理解中认识耶稣，只在想象中认识耶稣，那该是多么幸福啊！

['dʒiːzəs] [wʊd] [biː; bi][ɪn][ˌjuː 'es] ['evriweə(r)] , [ænd; ənd][wiː; wi] ['evriweə(r)] [ɪn]['dʒiːzəs] . - .

Jesus	would	be	in	us	everywhere	,	and	we	everywhere	in	Jesus	.	156	.
耶稣	会	是	在	我们	到处	,	和	我们	到处	在	耶稣	.	-	.

耶稣会无处不在地在我们里面，而我们也会无处不在地在耶稣里面。156.

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd]['mænɪdʒ]['aʊə(r)] [j'iəz] , ['aʊə(r)] [mʌnθs] , ['aʊə(r)] [wiːks] , ['aʊə(r)] [deɪz] , ['aʊə(r)] ['aʊəz] ,

We	should	manage	our	years	,	our	months	,	our	weeks	,	our	days	,	our	hours	,
我们	应该	管理	我们的	年	,	我们的	几个月	,	我们的	周	,	我们的	天	,	我们的	小时	,

我们应该好好管理我们的年、月、周、日、时。

['aʊə(r)] ['momənts] [səʊ] [wel] [ðæt] , -

our	moments	so	well	that	,	70
我们的	时刻	所以	出色地	那	,	-

我们的时光如此美好，以至于，70

['biːɪŋ] [ɪm'plɔɪd] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd] , [ðeɪ] [ɔːl] [meɪ] [biː; bi]['prɒfɪtəb(ə)l][tuː; tə][ˌjuː 'es]

being	employed	for	the	love	of	God	,	they	all	may	be	profitable	to	us
存在	受雇	为了	这	爱	的	上帝	,	他们	全部	可能	是	有利可图	到	我们

[fɔː(r); fə(r)][ɪ'tɜːn(ə)l][laɪf] . - .

for	eternal	life	.	157	.
为了	永恒	生活	.	-	.

因为他们受雇于上帝，所以他们都可能对我们获得永生有益。157.

[ʃæl; ʃəl][wiː; wi][nɒt] , [ɪn]['fjuːtʃə(r)] , [siːs] [tuː; tə][biː; bi][ðə; ði][əʊld] [selvz] , [wɪtʃ] [ʃæl; ʃəl][ɔːl] ,

Shall	we	not	,	in	future	,	cease	to	be	the	old	selves	,	which	shall	all	,
将	我们	不是	,	在	未来	,	停止	到	是	这	老的	自我	,	哪个	将	全部	,

将来，我们岂不都将不再是过去的自己，而这一切，

[wɪ'ðaʊt] [ɪk'sepʃ(ə)n] , [biː; bi][fɔː(r); fə(r)]['evə(r)]['sækrɪfaɪst] [ˌʌnrɪ'zɜːvɪdli] [ænd; ənd] [ˌʌnkən'dɪʃənəli]

without	exception	,	be	for	ever	sacrificed	unreservedly	and	unconditionally
没有	例外	,	是	为了	曾经	牺牲	毫无保留	和	无条件地

[tuː; tə][gɒd][ænd; ənd][hɪz; ɪz] [lʌv] ? - .

to	God	and	his	love	?	158	.
到	上帝	和	他的	爱	?	-	.

毫无例外，永远毫无保留、无条件地为上帝和他的爱而牺牲？158.

[wen] [juː; jʊ][ɪn'kaʊntə(r)] [θɪŋz] [wɪtʃ] [gɪv] [juː; jʊ] ['trʌb(ə)l] ,

When	you	encounter	things	which	give	you	trouble	,
什么时候	你	遇到	事物	哪个	给	你	麻烦	,

当你遇到麻烦事时，

[rɪ'membə(r)] [ðæt] [ðə; ði] [seɪnts] ['tʃɪəfəli] [dɪd]['greɪtə(r)][ænd; ənd][mɔː(r)] ['trʌb(ə)lsəm] [tɑːsks] , [ænd; ənd]

remember	that	the	saints	cheerfully	did	greater	and	more	troublesome	tasks	,	and
记住	那	这	圣徒	愉快地	做过	更大的	和	更多的	麻烦的	任务	,	和

[ɪn'kʌrɪdʒ] [jɔː'self] [baɪ][ðeə(r)][ɪg'zɑːmp(ə)l] . - .

encourage	yourself	by	their	example	.	71159	.
鼓励	你自己	经过	他们的	例子	.	-	.

要记住，圣徒们乐于做更大更麻烦的事，并以他们的榜样激励自己。71159。

[ə; eɪ]['pɜːs(ə)n] [huː] [ɪz] [friː] [frɒm; frəm][ðə; ði]['fiːvə(r)][ɒv; əv][hɜː(r); hə(r)] [əʊn] [wɪl] [ɪz]['sætɪsfaɪd] [wɪð]

A	person	who	is	free	from	the	fever	of	her	own	will	is	satisfied	with
一个	人	WHO	是	自由的	从	这	发烧	的	她	自己的	将要	是	使满意	和

['evriθɪŋ] ,

everything	,
一切	,

一个摆脱了自身意志束缚的人，会对一切都感到满足。

[prə'vaɪdɪd][gɒd][biː; bi] [sɜːvd] .

provided	God	be	served	.
假如	上帝	是	服务	.

只要上帝得到侍奉。

[ʃiː; ʃi][ɪz] [ɪn'dɪfrənt] [tuː; tə][ðə; ði]['neɪtʃə(r)][ɒv; əv][ðə; ði] ['sɜːvɪs] [wɪtʃ] [gɒd] [tʃuːz] [tuː; tə] [gɪv]
She is indifferent to the nature of the service which God chooses to give
她 是 冷漠 到 这 自然 的 这 服务 哪个 上帝 选择 到 给
[hɜː(r); hə(r)] . - .
her . 160 .
她 . - .

她对上帝选择赐予她的服务性质漠不关心。160.

['friːkwəntli] [seɪ] [tuː; tə]['aʊə(r)] [lɔːd] : [wɒt] [wɪlt] [ðaʊ] [ðæt] [ai][duː; də] ?
Frequently say to our Lord : What wilt Thou that I do ?
频繁地 说 到 我们的 主 : 什么 枯萎 你 那 我 做 ?

常常向我们的主说：你希望我做什么?

[ɪz][ˌaɪ 'tiː] [ðaɪ] [wɪl] [ðæt] [ai][ʃʊd; ʃəd] [sɜːv] [ðiː] [ɪn][ðə; ði][məʊst] ['ləʊli] ['djuːtiz][ɒv; əv][ðə; ði] [haʊs] ?
Is it Thy will that I should serve Thee in the most lowly duties of the house ?
是 它 你的 将要 那 我 应该 服务 汝 在 这 最多 卑微的 职责 的 这 房子 ?

难道祢的旨意是让我从事家中最低微的职责来服侍祢吗?

[prə'vaɪdɪd][ai] [sɜːv] [ðiː] , [ai][keə(r)][nɒt] [wɒt] [ðə; ði] ['sɜːvɪs] [meɪ] [biː; bi] . - .
Provided I serve Thee , I care not what the service may be . 161 .
假如 我 服务 汝 , 我 关心 不是 什么 这 服务 可能 是 . - .

只要我侍奉你，我不在乎侍奉的是什么。161.

[lʌv] [ðɪs] [gʊd] [gɒd][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [rɪ'triːts] , -
Love this good God in your retreats , 72
爱 这 好的 上帝 在 你的 静修 , -

在你的静修中爱这位慈爱的神，72

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

圣方济·沙雷氏一年中每一(Maxims and counsels of St.)
第2/3页

[ɪn]['həʊli] [kə'mjuːniən] , [ænd; ənd] [wen] [hiː; hi] [kən'səulz] [juː; jʊ] ;
in Holy Communion , and when He consoles you ;
在 圣 圣餐 , 和 什么时候 他 游戏机 你 ;

在圣餐中，以及祂安慰你的时候；

[lʌv] [hɪm] [pə'tɪkjələli] [ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv]['trʌb(ə)l][ænd; ənd] [kən'fjuːʒn] , [ɪn][ə'rɪdəti] ,
love Him particularly in the midst of trouble and confusion , in aridity ,
爱 他 特别 在 这 中间 的 麻烦 和 困惑 , 在 干旱 ,
[kɒntrə'dɪkʃnz] ,
contradictions ,
矛盾 ,

尤其要在困境和混乱中，在干旱和矛盾中爱祂。

[ænd; ənd] [ˌtrɪbju'leɪʃnz] ; [fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz] [ðʌs] [hiː; hi] [lʌvd] [juː; jʊ][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][ðə; ði]
and tribulations ; for it was thus He loved you in the midst of the
和 苦难 ; 为了 它 曾是 因此 他 喜爱 你 在 这 中间 的 这
['skɜːrdʒɪŋ] ,
scourging ,
鞭答 ,

祂在受鞭答时，仍这样爱你们，也这样忍受苦难；因为祂在受鞭答时，仍这样爱你们。

[ðə; ði][neɪlz] , [ðə; ði] [θɔːnz] , [ðə; ði] ['dɑːknəs] [ɒv; əv] ['kælvəri] . - .
the nails , the thorns , the darkness of Calvary . 162 .
这 指甲 , 这 荆棘 , 这 黑暗 的 加略山 . - .

钉子、荆棘、髑髏地的黑暗。162.

[ðə; ði]['mɒnəst(ə)ri][ɪz][ə; eɪ]['hɒspɪt(ə)l][ɒv; əv]['spɪrɪtʃuəl] [sɪk] [huː] [dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə][biː; bi] [kjʊəd] ,
The monastery is a hospital of spiritual sick who desire to be cured ,
这 修道院 是 一个 医院 的 精神 生病的 WHO 欲望 到 是 治愈 ,

这座修道院是收治渴望治愈的精神疾病患者的医院。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ðɪs] [end] [səb'mɪt] [ðəm'selvz] [tuː; tə][ðə; ði] [naɪf] , [tuː; tə][ðə; ði]['lɑːnsɪt] , [tuː; tə][biː; bi]
and to this end submit themselves to the knife , to the lancet , to be
和 到 这 结尾 提交 他们自己 到 这 刀 , 到 这 柳叶刀 , 到 是
[bɜːnd] ,
burned ,
烧伤 ,

为此，他们甘愿接受刀割、柳叶刀刺杀，最终被焚烧。

[tuː; tə][biː; bi][bled] , [ænd; ənd][tuː; tə][ɔːl][kaɪndz][ɒv; əv]['bɪtə(r)] ['remədiz] .
to be bled , and to all kinds of bitter remedies .
到 是 出血 , 和 到 全部 种类 的 苦的 补救措施 .

放血，以及服用各种苦药。

[əʊ][maɪ]['veri][dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , ['fɜːmli] [rɪ'zɒlv] [ðæt][juː; jʊ][wɪl][səb'mɪt][tuː; tə][ɔːl] [ðɪs] ,
O my very dear daughter , firmly resolve that you will submit to all this ,
哦 我的 非常 亲爱的 女儿 , 牢牢 解决 那 你 将要 提交 到 全部 这 ,

我亲爱的女儿，你要坚定决心，服从这一切。

[ænd; ənd][peɪ][nəʊ] [ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə] [wɒt] [self] - [lʌv] [meɪ] [ɜːdʒ] [tuː; tə][ðə; ði] ['kɒntrəri] , -
and pay no attention to what self - love may urge to the contrary , 73
和 支付 不 注意力 到 什么 自己 - 爱 可能 敦促 到 这 相反 , -

不要理会自恋可能产生的相反冲动，73

[bʌt; bət] ['swi:tli] , ['ɪmiəbli] , [ænd; ənd] ['lʌvɪŋli] [teɪk] [ðə; ði]['blesɪd; blest][ˌrezə'lu:ʃ(ə)n] : [tu:; tə][daɪ][ɔ:(r)]

but	sweetly	,	amiably	,	and	lovingly	take	the	blessed	resolution	:	to	die	or
但	甜蜜地	,	友好地	,	和	深情地	拿	这	蒙福	解决	:	到	死	或者

[tu:; tə][bi:; bi] [kjʊəd] . - .

to	be	cured	.	163	.
到	是	治愈	.	-	.

但要温柔、和蔼、充满爱意地接受这个神圣的决定：要么死，要么治好。163.

[mʌst; məst][ju:; jʊ][bi:; bi] [dis'kwaiət] [ænd; ənd] ['trʌbld] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv] ['dɪfɪkəltɪz] ?

Must	you	be	disquieted	and	troubled	because	of	difficulties	?
必须	你	是	不安	和	麻烦	因为	的	困难	?

遇到困难就一定要心烦意乱吗?

[əʊ] , [baɪ][nəʊ] [mi:nz] .

Oh	,	by	no	means	.
哦	,	经过	不	方法	.

哦，绝不可能。

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][ðə; ði]['dev(ə)l] [hu:] [ɪz] ['ferit] [ænd; ənd] ['spaɪɪŋ] [ə'baʊt][jɔ:(r); jə(r)][maɪnd] ,

It	is	the	devil	who	is	ferreting	and	spying	about	your	mind	,
它	是	这	魔鬼	WHO	是	雪貂捕猎	和	间谍活动	关于	你的	头脑	,

是魔鬼在窥探和窥视你的内心。

[tu:; tə] [si:] [ɪf] [hi:; hi] ['kænɒt] [faɪnd][sʌm; səm][dɔ:(r)]['əʊpən][tu:; tə][hɪm] . - .

to	see	if	he	cannot	find	some	door	open	to	him	.	164	.
到	看	如果	他	不能	寻找	一些	门	打开	到	他	.	-	.

看看他是否能找到一扇为他敞开的门。164.

[ju:; jʊ][ɑ:(r); ə(r)] [raɪt] [nɒt][tu:; tə][keə(r)] [wɒt] [ɪz] [sed] [ɒv; əv][ju:; jʊ] ;

You	are	right	not	to	care	what	is	said	of	you	;
你	是	正确的	不是	到	关心	什么	是	说	的	你	;

你不去在意别人对你的评价是对的;

[ju:; jʊ] [hu:] [bɪ'lɒŋ] [tu:; tə][gɒd] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [θɪŋk] [ɒv; əv][ˌrepju'teɪʃ(ə)n] .

you	who	belong	to	God	should	not	think	of	reputation	.
你	WHO	属于	到	上帝	应该	不是	思考	的	名声	.

你们这些属神的人，不应该注重名誉。

[let] [gɒd] [dɪ'spəʊz][ɒv; əv]['aʊə(r)][laɪf] , ['aʊə(r)][ˌrepju'teɪʃ(ə)n] , [ænd; ənd]['aʊə(r)] ['ɒnə(r)] [æz; əz][hi:; hi]

Let	God	dispose	of	our	life	,	our	reputation	,	and	our	honour	as	He
让	上帝	处置	的	我们的	生活	,	我们的	名声	,	和	我们的	荣誉	作为	他

[pli:z] , -

pleases	,	74
请	,	-

让上帝按照祂的旨意处置我们的生命、名誉和荣耀吧。74

[sɪns] [ðeɪ] [ɑ:(r); ə(r)][ɔ:l][hɪz; ɪz] .

since	they	are	all	his	.
自从	他们	是	全部	他的	.

因为这些都是他的。

[ɪf] ['aʊə(r)] [hju:ˌmɪli'eɪʃn] [bi:; bi][hɪz; ɪz]['glɔ:ri] , [ɑ:(r); ə(r)][wi:; wi][nɒt]['glɔ:rɪfaɪd] ? - .

If	our	humiliations	be	his	glory	,	are	we	not	glorified	?	165	.
如果	我们的	羞辱	是	他的	荣耀	,	是	我们	不是	光荣的	?	-	.

如果我们的屈辱是他的荣耀，那么我们岂不是也得荣耀吗? 165.

[wen] [ju:; jʊ] [mi:t] [wɪð] [kɒntrə'dɪkʃnz] [ɔ:(r)] [ə'flikʃən] [θru:] ['eniwʌn] , [bɪ'weə(r)][ɒv; əv] ['ji:ldɪŋ]

When	you	meet	with	contradictions	or	afflictions	through	anyone	,	beware	of	yielding
什么时候	你	见面	和	矛盾	或者	苦难	通过	任何人	,	提防	的	屈服

[tu:; tə] [kəm'pleɪnts] ,

to	complaints	,
到	投诉	,

当你遇到任何人的矛盾或不幸时，要小心不要屈服于抱怨。

[bʌt; bət] [kəm'pel] [jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] [tu:; tə] ['sʌfə(r)] ['træŋkwɪli] ; [ɪf] [sʌm; səm] ['sʌd(ə)n] ['aʊtbɜ:st] [ɒv; əv]

but	compel	your	heart	to	suffer	tranquilly	;	if	some	sudden	outburst	of
但	迫使	你的	心	到	遭受	平静地	; 如果	一些	突然	爆发	的	

[ɪm'peɪʃ(ə)ns] [ɪ'skeɪp] [ju:; jʊ] ,

impatience	escape	you	,
不耐烦	逃脱	你	,

但要强迫自己的心平静地承受痛苦；如果一时冲动，不耐烦的情绪爆发出来，

[brɪŋ] [jɔ:(r); jə(r)] [hɑ:t] [bæk] [tu:; tə] ['swi:tnəs] [ænd; ənd] [pi:s] . - .

bring	your	heart	back	to	sweetness	and	peace	.	166	.
带来	你的	心	后退	到	甜味	和	和平	.	-	.

让你的心重归甜蜜与平静。166.

[si:] , [maɪ] ['dɔ:tə(r)] ,

See	,	my	daughter	,
看	,	我的	女儿	,

你看，我的女儿，

[wi:; wi] [ɑ:(r); ə(r)] [tu:] [fæ'stɪdiəs] [ɪn] ['kɔ:lɪŋ] [pɔ:(r); pʊə(r)] [ə; eɪ] [steɪt] [ɪn] [wɪtʃ] [wi:; wi] [ɪn'djʊə(r)] ['naɪðə(r)]

we	are	too	fastidious	in	calling	poor	a	state	in	which	we	endure	neither
我们	是	也	挑剔	在	呼叫	贫穷的	一个	状态	在	哪个	我们	忍受	两者都不

['hʌŋgə(r)] , nor75

hunger	,	nor75
饥饿	,	nor75

我们过于吹毛求疵，将既不挨饿也不挨饿的状态称为贫穷。75

[kəʊld] , [nɔ:(r)] ['ɪgnəmɪni] , [bʌt; bət] ['mɪəli] [sʌm; səm] [ˌɪnkən'vi:niəns] [ɪn]['aʊə(r)][plænz] . - .

cold	,	nor	ignominy	,	but	merely	some	inconvenience	in	our	plans	.	167	.
寒冷的	,	也不	耻辱	,	但	仅仅	一些	不便	在	我们的	计划	.	-	.

冷漠，却也不算耻辱，只不过是我们计划中的一些不便而已。167.

['grædʒuəli] ['tempə(r)] [ðə; ði] [vɪ'væsəti] [ɒv; əv] [jɔ:(r); jə(r)] [maɪnd] [tu:; tə] ['peɪʃ(ə)ns] , ['swi:tnəs] , [hju:'mɪləti] ,

Gradually	temper	the	vivacity	of	your	mind	to	patience	,	sweetness	,	humility	,
逐步地	脾气	这	活泼	的	你的	头脑	到	耐心	,	甜味	,	谦逊	,

[ænd; ənd] [ˌæfə'bɪləti] ,

and	affability	,
和	亲切	,

逐渐将你活泼的性格转化为耐心、温和、谦逊和友善。

[ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] [ðə; ði] ['sɪlɪnəs] [ænd; ənd] [ˌɪmpər'fekʃən] [ɒv; əv] [jɔ:(r); jə(r)] ['sɪstəz] . - .

in	the	midst	of	the	silliness	and	imperfections	of	your	sisters	.	168	.
在	这	中间	的	这	愚蠢	和	瑕疵	的	你的	姐妹	.	-	.

在姐妹们的愚蠢和不完美之中。168.

['nʌθɪŋ] [gɪvz] [ˌju: 'es] [prə'faʊnd] [træŋ'kwɪləti] [ɪn] [ðɪs] [wɜ:ld] [bʌt; bət] [tu:; tə] ['fri:kwəntli] [lʊk] [ə'pɒn]

Nothing	gives	us	profound	tranquillity	in	this	world	but	to	frequently	look	upon
没有什么	给予	我们	深刻的	宁静	在	这	世界	但	到	频繁地	看	之上

['aʊə(r)] [lɔ:d] [ɪn] [ɔ:l] [hɪz; ɪz] ['sʌfərɪŋz] .

our	Lord	in	all	his	sufferings	.
我们的	主	在	全部	他的	苦难	.

在这个世界上，没有什么比经常瞻仰我们主所遭受的一切苦难更能给我们带来深刻的平静。

[ɪn] [kəm'pærɪs(ə)n] [wɪð] [ɔ:l] [ðæt] [hi:; hi] [ɪn'djʊəd] ,

In	comparison	with	all	that	He	endured	,
在	比较	和	全部	那	他	忍受	,

与祂所承受的一切相比，

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [siː] [ðæt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [rɒŋ] [tuː; tə][kɔːl][ðə; ði]['lɪt(ə)l]['æksɪdənts] [wɪtʃ] [wiː; wi]

we	shall	see	that	we	are	wrong	to	call	the	little	accidents	which	we
我们	将	看	那	我们	是	错误的	到	称呼	这	小的	事故	哪个	我们

[ɪn'kaʊntə(r)] [ə'flikʃən] , -

encounter	afflictions	,	76
遇到	苦难	,	-

我们将会看到，把我们遇到的小意外称为苦难是错误的，76

[ænd; ənd] [ðæt] [wiː; wi][duː; də][nɒt] [niːd] ['peɪʃ(ə)ns] [fɔː(r); fə(r)] [θɪŋz] [səʊ]['traɪflɪŋ] ,

and	that	we	do	not	need	patience	for	things	so	trifling	,
和	那	我们	做	不是	需要	耐心	为了	事物	所以	琐事	,

我们不需要对如此琐碎的事情保持耐心。

[sɪns] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ['mɒdəsti] [wʊd] [sə'faɪs] [tuː; tə] [meɪk] [ˌjuː 'es][beə(r)] [wel] [ɔːl] [ðæt] ['hæpənz] [tuː; tə]

since	a	little	modesty	would	suffice	to	make	us	bear	well	all	that	happens	to
自从	一个	小的	谦逊	会	足够了	到	制作	我们	熊	出色地	全部	那	发生	到

[ˌjuː 'es] . - .

us	.	169	.
我们	.	-	.

因为只要稍加谦逊，我们就能坦然面对发生在我们身上的一切。169.

[wiː; wi][mʌst; məst]['nevə(r)]['ɑːnsə(r)] [temp'teiʃənz] , [nɔː(r)] [ə'pɪə(r)] [tuː; tə][hɪə(r)][ðə; ði] ['enəmi] .

We	must	never	answer	temptations	,	nor	appear	to	hear	the	enemy	.
我们	必须	绝不	回答	诱惑	,	也不	出现	到	听到	这	敌人	.

我们绝不能屈服于诱惑，也绝不能表现出听信敌人。

[ɪf] [hiː; hi][ɪz] ['nɔɪzi] , ['peɪʃ(ə)ns] !

If	he	is	noisy	,	patience	!
如果	他	是	嘈杂	,	耐心	!

如果他很吵闹，请耐心等待!

[wiː; wi][mʌst; məst] ['prɒstreɪt] [ɑː'selvz] [bɪ'fɔː(r)] [gɒd][ænd; ənd] [rɪ'meɪn] [æt; ət][hɪz; ɪz] [fiːt] .

we	must	prostrate	ourselves	before	God	and	remain	at	his	feet	.
我们	必须	前列腺	我们自己	前	上帝	和	保持	在	他的	脚	.

我们必须匍匐在上帝面前，匍匐在他的脚下。

[hiː; hi] [wɪl] [ˌʌndə'stænd] [ðæt] [wiː; wi] [wɒnt] [hɪz; ɪz] [ə'sɪstəns] , [ðəʊ] [wiː; wi] [meɪ] [nɒt] [biː; bi]['eɪb(ə)l]

He	will	understand	that	we	want	his	assistance	,	though	we	may	not	be	able
他	将要	理解	那	我们	想	他的	协助	,	尽管	我们	可能	不是	是	有能力的

[tuː; tə] [spiːk] . - .

to	speak	.	170	.
到	说话	.	-	.

他会明白我们需要他的帮助，即使我们可能无法说话。170.

[bɪ'liːv] [ˌem 'iː] , [maɪ][dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , [swiːts] [ɪn'dʒendə(r)] [wərmz] [ɪn]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] ; [ðæt] [ɪz] [waɪ]

Believe	me	,	my	dear	daughter	,	sweets	engender	worms	in	little	children	;	that	is	why
相信	我	,	我的	亲爱的	女儿	,	糖果	产生	蠕虫	在	小的	孩子们	;	那	是	为什么

['aʊə(r)] [lɔːd] mixes77

our	Lord	mixes77
我们的	主	mixes77

相信我，我亲爱的女儿，甜食会让小孩子生虫；这就是为什么我们的主将77种食物混合在一起的原因。

['bɪtə(r)] [wɪð] [ðə; ði] [swiːt] [fɔː(r); fə(r)][ˌjuː 'es] .

bitter	with	the	sweet	for	us	.
苦的	和	这	甜的	为了	我们	.

对我们来说，苦中带甜。

[wiː; wi][mʌst; məst][hæv; həv][ə; eɪ] [greɪt] ['kʌrɪdʒ] , [wɪtʃ] [ɒn][ɔːl] [ə'keɪʒnz] [wɪl] ['rezəluːtli] [kraɪ] , [gɒd]

We	must	have	a	great	courage	,	which	on	all	occasions	will	resolutely	cry	,	God
我们	必须	有	一个	伟大的	勇气	,	哪个	在	全部	场合	将要	坚决地	哭	,	上帝

[biː; bi] [preɪzd] !

be	praised	!
是	赞扬	!

我们必须拥有巨大的勇气，在任何情况下都要坚定地高呼：赞美上帝！

['keərɪŋ]['lɪt(ə)l][fɔː(r); fə(r)] [swiːt] [ɔː(r)]['bɪtə(r)] , [laɪt] [ɔː(r)] ['dɑːknəs] .

caring	little	for	sweet	or	bitter	,	light	or	darkness	.
关怀	小的	为了	甜的	或者	苦的	,	光	或者	黑暗	.

对甜或苦、光明或黑暗都漠不关心。

[let] [ˌjuː 'es] [kiːp] [ɒn][ɪn] [ðɪs] [ɪ'senʃ(ə)l] [lʌv] . - .

Let	us	keep	on	in	this	essential	love	.	171	.
让	我们	保持	在	在	这	基本的	爱	.	-	.

让我们继续保持这份至关重要的爱。171.

[gɒd] [dɪ'zaɪr] [ðæt] [juː; jʊ] [sɜːv] [hɪm] [wɪ'ðaʊt] ['relɪʃ] [ɔː(r)] ['fiːlɪŋ] ,

God	desires	that	you	serve	Him	without	relish	or	feeling	,
上帝	欲望	那	你	服务	他	没有	尽情享用	或者	感觉	,

上帝希望你无私无情地侍奉他。

[ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv] [ə'vəːʃən] [ænd; ənd] [ə'flikʃən] [ɒv; əv][maɪnd] .

in	the	midst	of	aversions	and	afflictions	of	mind	.
在	这	中间	的	厌恶	和	苦难	的	头脑	.

在内心充满厌恶和痛苦之中。

[ðɪs] ['sɜːvɪs] [wɪl] [nɒt] [gɪv] [juː; jʊ][ˌsætɪs'fækʃ(ə)n] , [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['kɒntent][hɪm] ;

This	service	will	not	give	you	satisfaction	,	but	it	will	content	Him	;
这	服务	将要	不是	给	你	满意	,	但	它	将要	内容	他	;

这项服事不会让你感到满足，但却能让他感到满足；

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [nɒt][biː; bi][tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] [teɪst] [bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi][tuː; tə][hɪz; ɪz] . - .

it	will	not	be	to	your	taste	but	it	will	be	to	his	.	172	.
它	将要	不是	是	到	你的	品尝	但	它	将要	是	到	他的	.	-	.

这可能不合你的口味，但他会喜欢。172.

[gɒd][ɪz][səʊ] [gʊd] [ðæt] [hiː; hi] [wɪl] ['vɪzɪt][jɔː(r); jə(r)][səʊl] [ɪn'tɪrɪərli] , [ænd; ənd] strengthen78

God	is	so	good	that	He	will	visit	your	soul	interiorly	,	and	strengthen78
上帝	是	所以	好的	那	他	将要	访问	你的	灵魂	内部	,	和	strengthen78

上帝如此仁慈，祂会深入你的灵魂，并坚固你。

[ænd; ənd] [ɪ'stæblɪʃ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn]['spɪd][hjuː'mɪlətɪ] , [sɪm'plɪsətɪ] , [ænd; ənd][ˌmɔːtɪfɪ'keɪʃ(ə)n] . - .

and	establish	it	in	solid	humility	,	simplicity	,	and	mortification	.	173	.
和	建立	它	在	坚硬的	谦逊	,	简单	,	和	屈辱	.	-	.

并以谦卑、简朴和克己来建立它。173.

[let] [ˌjuː 'es]['ɔːlweɪz] [kiːp] [ɒn] ;

Let	us	always	keep	on	;
让	我们	总是	保持	在	;

让我们继续前进；

[haʊ'evə(r)] [sləʊ] ['aʊə(r)]['prəʊgres][wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] ['getɪŋ] ['əʊvə(r)][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv][ðə; ði][rəʊd] .

however	slow	our	progress	we	are	getting	over	a	great	deal	of	the	road	.
然而	慢的	我们的	进步	我们	是	获得	超过	一个	伟大的	交易	的	这	路	.

虽然进展缓慢，但我们已经走过了很长一段路。

[gɒd] ['wɪʃɪz] [ðæt] ['aʊə(r)] ['mɪzəri] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ðə; ði] [θrəʊn] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['mɜːsi] . - .

God	wishes	that	our	misery	should	be	the	throne	of	his	mercy	.	174	.
上帝	愿望	那	我们的	苦难	应该	是	这	王座	的	他的	怜悯	.	-	.

上帝希望我们的苦难成为他施予怜悯的宝座。174.

[kiːp] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [breɪv] [ænd; ənd] ['redi] [fɔː(r); fə(r)] ['eni] ['sɜːvɪs] [ðæt] [ʃæl; ʃəl] [biː; bi] [ɪm'pəʊzd]

Keep	your	heart	brave	and	ready	for	any	service	that	shall	be	imposed
保持	你的	心	勇敢的	和	准备好	为了	任何	服务	那	将	是	强加

[ə'pɒn] [ˌaɪ 'tiː] ;

upon	it	;
之上	它	;

保持一颗勇敢的心，随时准备承担任何责任；

[ə'kɔːdɪŋ] [æz; əz] [juː; jʊ] [ˌʌndə'teɪk] ['meni] [θɪŋz] [fɔː(r); fə(r)] [gɒd] , [hiː; hi] [wɪl] ['sekənd] [juː; jʊ] [ænd; ənd]

according	as	you	undertake	many	things	for	God	,	He	will	second	you	and
根据	作为	你	承担	许多	事物	为了	上帝	,	他	将要	第二	你	和

[wɜːk] [wɪð] [juː; jʊ] . - .

work	with	you	.	175	.
工作	和	你	.	-	.

根据你为上帝做的许多事，他必支持你，与你同工。175.

[hæv; həv] [ðə; ði] [hɑːt] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [tʃaɪld] ; [ə; eɪ] will79

Have	the	heart	of	a	child	;	a	will79
有	这	心	的	一个	孩子	;	一个	will79

要有一颗赤子之心；意志坚定79

[ɒv; əv] [wæks] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] [maɪnd] [friː] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['sleɪvəri] [ɒv; əv] [ɔːl] [ə'fekʃn] . - .

of	wax	,	and	a	mind	free	from	the	slavery	of	all	affection	.	176	.
的	蜡	,	和	一个	头脑	自由的	从	这	奴隶制	的	全部	感情	.	-	.

蜡，以及一颗摆脱一切情感奴役的心灵。176.

[əʊ] , [wɒt] [ə; eɪ] [greɪt] ['blesɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [ɪz] , [maɪ] ['dɔːtə(r)] ,

Oh	,	what	a	great	blessing	it	is	,	my	daughter	,
哦	,	什么	一个	伟大的	祝福	它	是	,	我的	女儿	,

哦，我的女儿，这真是莫大的恩赐！

[tuː; tə] [biː; bi] ['plaɪəb(ə)l] [ænd; ənd] ['iːzəli] [tɜːnd] [tuː; tə] ['eni] ['sɜːvɪs] .

to	be	pliable	and	easily	turned	to	any	service	.
到	是	柔韧的	和	容易地	转向	到	任何	服务	.

具有柔韧性，可轻松适应任何用途。

['aʊə(r)] [lɔːd] [hæz; həz] [tɔːt] [ˌjuː 'es] [ðɪs] [səb'mɪʃn] [baɪ] [hɪz; ɪz] [ɪg'zɑːmp(ə)l] , [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz] [baɪ]

Our	Lord	has	taught	us	this	submission	by	his	example	,	as	much	as	by
我们的	主	有	教授	我们	这	提交	经过	他的	例子	,	作为	很多	作为	经过

[hɪz; ɪz] [wɜːdz] . - .

his	words	.	177	.
他的	字	.	-	.

我们的主不仅用言语教导我们顺服，也用他的榜样教导我们顺服。177.

[hiː; hi] [huː] [ɪz] ['veri] [ə'tentɪv] [tuː; tə] [pliːz] [ðə; ði] ['hev(ə)nli] ['lʌvə(r)] [hæz; həz] [nəʊ] ['leʒə(r)] [fɔː(r); fə(r)]

He	who	is	very	attentive	to	please	the	heavenly	lover	has	no	leisure	for
他	WHO	是	非常	细心	到	请	这	天上	情人	有	不	闲暇	为了

[ˌɪntrə'spekʃ(ə)n] ;

introspection	;
内省	;

一心取悦天上的爱人的人，没有时间进行内省；

[hɪz; ɪz] [maɪnd] [kən'tɪnjuəli] [tend] ['wɪðə(r)] [lʌv] [liːdz] [hɪm] . - .

his	mind	continually	tends	whither	love	leads	him	.	178	.
他的	头脑	持续	倾向于	往哪里去	爱	线索	他	.	-	.

他的心思总是倾向于爱情带给他的那些事。178.

[ðɪs] ['eksəsaɪz] [ɒv; əv] [ðə; ði] continual80

This	exercise	of	the	continual80
这	锻炼	的	这	continual80

这项练习持续了80

[ə'bændənmənt] [ɒv; əv] [wʌnz] [self][tu:; tə][ðə; ði][hændz][ɒv; əv][gɒd] [ɪnk'lu:dz] [ɪn][ðə; ði][məʊst] ['eksələnt]
abandonment of one's self to the hands of God includes in the most excellent
放弃 的 一个人的 自己 到 这 双手 的 上帝 包括 在 这 最多 出色的
['mænə(r)][ɔ:l]['ʌðə(r)]['eksəsaɪzɪz][ɪn][ðeə(r)] ['greɪtɪst] [sɪm'plɪsəti] ,
manner all other exercises in their greatest simplicity ,
方式 全部 其他 练习 在 他们的 最 简单 ,

将自己完全交托给上帝，以最卓越的方式包含了其他一切修行方式，而且它们都极其简朴。

['pjʊərəti] , [ænd; ənd] [pə'fekʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [waɪl] [gɒd] [li:vz] [ˌju: 'es][ðə; ði][dɪ'zaɪə(r)][fɔ:(r); fə(r)][ˌaɪ 'ti:]
purity , and perfection , and while God leaves us the desire for it
纯度 , 和 完美 , 和 尽管 上帝 树叶 我们 这 欲望 为了 它
[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][nɒt] [tʃeɪndʒ] [ˌaɪ 'ti:] . - .
we should not change it . 179 .
我们 应该 不是 改变 它 . - .

纯洁和完美，虽然上帝让我们渴望它，但我们不应该改变它。179.

[sɪm'plɪsəti] [ɪz][æn; ən][ækt][ɒv; əv] ['tʃærəti] [pjʊə(r)][ænd; ənd]['sɪmp(ə)l] , [wɪtʃ] [kən'sidə] ['əʊnli][gɒd] .
Simplicity is an act of charity pure and simple , which considers only God .
简单 是 一个 行为 的 慈善机构 纯的 和 简单的 , 哪个 考虑 仅有的 上帝 .

简朴是一种纯粹的慈善行为，它只考虑上帝。

[ˌaɪ 'ti:] [lʊks] [streɪt] [æt; ət][gɒd] , [ænd; ənd][kæn; kən]['sʌfə(r)][nəʊ]['mɪkstʃə(r)][ɒv; əv][self] - ['ɪntrəst]
It looks straight at God , and can suffer no mixture of self - interest
它 看起来 直的 在 上帝 , 和 能 遭受 不 混合物 的 自己 - 兴趣
[nɔ:(r)] [ˌɪntə'mɪŋg(ə)lɪŋ] [ɒv; əv] ['kri:tʃəz] ;
nor intermingling of creatures ;
也不 混合 的 生物 ;

它直视上帝，不能容忍任何私利或人与人之间的混杂；

[gɒd] [ə'ləʊn][ɪz][ɪts]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt] . - .
God alone is its object . 180 .
上帝 独自的 是 它是 目的 . - .

它只以神为对象。180.

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][beə(r)] ['tendəli] [wɪð] [ðəʊz] [hu:m] ['aʊə(r)] [lɔ:d] [beəz] [wɪð] , -
We should bear tenderly with those whom our Lord bears with , 81
我们 应该 熊 温柔地 和 那些 谁 我们的 主 熊 和 , -

我们应当温柔地对待那些主所宽恕的人，81

[wi:; wi][mʌst; məst][baʊ; bəʊ]['aʊə(r)] [hedz] , [ænd; ənd][beə(r)] [ɑ:'selvz] ['kɒntrəri] [tu:; tə]['aʊə(r)]['hæbɪts]
we must bow our heads , and bear ourselves contrary to our habits
我们 必须 弓 我们的 头部 , 和 熊 我们自己 相反 到 我们的 习惯
[ænd; ənd] [ˌinkli'neiʃən] . - .
and inclinations . 181 .
和 倾向 . - .

我们必须低下头，违背我们的习惯和倾向。181.

[kəm'pleɪn] [æz; əz]['lɪt(ə)l][æz; əz]['pɒsəb(ə)l][ɒv; əv]['ɪndʒəriz] , [fɔ:(r); fə(r)][ˌaɪ 'ti:] ['reəli] ['hæpənz] [ðæt] [wʌn]
Complain as little as possible of injuries , for it rarely happens that one
抱怨 作为 小的 作为 可能的 的 受伤 , 为了 它 很少 发生 那 一
[kəm'pleɪnz] [wɪ'ðaʊt] [sɪn] ,
complains without sin ,
抱怨 没有 罪 ,

尽量少抱怨所受的伤害，因为抱怨很少是不犯罪的。

[sɪns] ['aʊə(r)][self] - [lʌv] [ig'zædʒəreit] [ɪn]['aʊə(r)] [aɪz] [ænd; ənd] [hɑ:ts] [ðə; ði][rɔŋ, rɔ:ŋ][wi:; wi][hæv; həv]
since our self - love exaggerates in our eyes and hearts the wrongs we have
自从 我们的 自己 - 爱 夸张 在 我们的 眼睛 和 心 这 错误 我们 有
[rɪ'si:vd] . - .
received . 182 .
已收到 . - .

因为我们的自爱会在我们的眼中和心中夸大我们所受到的伤害。182.

[həʊld][ðə; ði] [krɒs] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] [ə'pɒn][jɔː(r); jə(r)] [brest] ,

Hold	**the**	**cross**	**of**	**our**	**Lord**	**upon**	**your**	**breast**	**,**
抓住	这	叉	的	我们的	主	之上	你的	胸部	,

将主的十字架抱在胸前，

[ænd; ənd][æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][juː; jʊ] ['fɜːmli] [klɑːsp][ˌaɪ 'tiː][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ɑːmz] ,

and	**as**	**long**	**as**	**you**	**firmly**	**clasp**	**it**	**in**	**your**	**arms**	**,**
和	作为	长的	作为	你	牢牢	搭扣	它	在	你的	武器	,

只要你紧紧地把它抱在怀里，

[ðə; ði] ['enəmi] [wɪl] [biː; bi][æt; ət][jɔː(r); jə(r)] [fiːt] . - .

the	**enemy**	**will**	**be**	**at**	**your**	**feet**	**.**	**82183**	**.**
这	敌人	将要	是	在	你的	脚	.	-	.

敌人将臣服于你脚下。82183。

[greɪt] ['iːvənnəs] [ɒv; əv]['tempə(r)] , [kən'tɪnjuəl]['dʒent(ə)lnəs][ænd; ənd]['swɑːvəti][ɒv; əv] [hɑːt] , [ɑː(r); ə(r)]

Great	**evenness**	**of**	**temper**	**,**	**continual**	**gentleness**	**and**	**suavity**	**of**	**heart**	**,**	**are**
伟大的	均匀度	的	脾气	,	持续的	温柔	和	温文尔雅	的	心	,	是

[mɔː(r)][reə(r)][ðæn; ðən] ['pɜːfɪkt] ['tʃæstəti] ,

more	**rare**	**than**	**perfect**	**chastity**	**,**
更多的	稀有的	比	完美的	贞洁	,

性情平和、心地温和友善，比完全的贞洁更为罕见。

[jet] ['veri] [dɪ'zaɪərəb(ə)l] . - .

yet	**very**	**desirable**	**.**	**184**	**.**
然而	非常	理想	.	-	.

却非常令人向往。184.

[æz; əz] [rɪ'gɑːdz] ['aʊə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] , [wɪtʃ] [kən'sɪsts] [ɪn][ðə; ði]['juːniən][ɒv; əv]['aʊə(r)] [səʊl] [wɪð] [ðə; ði]

As	**regards**	**our**	**perfection**	**,**	**which**	**consists**	**in**	**the**	**union**	**of**	**our**	**soul**	**with**	**the**
作为	问候	我们的	完美	,	哪个	由	在	这	联盟	的	我们的	灵魂	和	这

[dɪ'vaɪn] ['gʊdnəs] ,

Divine	**Goodness**	**,**
神圣的	善良	,

至于我们的完美，即我们的灵魂与神圣美善的结合，

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['əʊnli][ə; eɪ] ['kwestʃən] [ɒv; əv] ['nəʊɪŋ] ['lɪt(ə)l][ænd; ənd] ['duːɪŋ] [mʌtʃ] . - .

it	**is**	**only**	**a**	**question**	**of**	**knowing**	**little**	**and**	**doing**	**much**	**.**	**185**	**.**
它	是	仅有的	一个	问题	的	会心	小的	和	正在做	很多	.	-	.

这只是知之甚少却做了很多事的问题。185.

[wiː; wi][mʌst; məst] [meɪk] [ʌp]['aʊə(r)][maɪndz][tuː; tə] [tuː] [θɪŋz] : [wʌn][ɪz] ,

We	**must**	**make**	**up**	**our**	**minds**	**to**	**two**	**things**	**:**	**one**	**is**	**,**
我们	必须	制作	向上	我们的	思想	到	二	事物	:	一	是	,

我们必须下定决心做两件事：一是，

[ðæt] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][faɪnd][bæd] [wiːdz] ['grəʊɪŋ] [ɪn]['aʊə(r)]['gɑːd(ə)n] , [ænd; ənd][ðə; ði]['ʌðə(r)] , [ðæt]

that	**we**	**shall**	**find**	**bad**	**weeds**	**growing**	**in**	**our**	**garden**	**,**	**and**	**the**	**other**	**,**	**that**
那	我们	将	寻找	坏的	杂草	生长	在	我们的	花园	,	和	这	其他	,	那

[wiː; wi] will83

we	**will83**
我们	will83

我们会在花园里发现杂草丛生，而另一方面，我们将83

[hæv; həv][ðə; ði] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə] [ˌʌp'ruːt] [ðem; ðəm] , [fɔː(r); fə(r)]['aʊə(r)][self] - [lʌv] [wɪl] [lɪv; laɪv][æz; əz]

have	**the**	**courage**	**to**	**uproot**	**them**	**,**	**for**	**our**	**self**	**-**	**love**	**will**	**live**	**as**
有	这	勇气	到	铲除	他们	,	为了	我们的	自己	-	爱	将要	居住	作为

[lɒŋ] [æz; əz][wiː; wi][duː; də] ,

long	**as**	**we**	**do**	**,**
长的	作为	我们	做	,

要有勇气将它们连根拔起，因为我们的自爱将与我们同在。

[ænd; ənd][frɒm; frəm][ˌaɪ 'tiː][ə'raɪzɪz][ɔːl] [ðɪs] ['nɒkʃəs] [grəʊθ] . - .

and	from	it	arises	all	this	noxious	growth	.	186	.
和	从	它	出现	全部	这	有害的	生长	.	-	.

所有这些有害的生长物都是由此产生的。186.

[wiː; wi][mʌst; məst] [ɪn'devə(r)] [tuː; tə]['dʌb(ə)l] , [nɒt]['aʊə(r)] [dɪ'zaɪr] [ænd; ənd]['aʊə(r)]['eksəsaɪzɪz] ,

We	must	endeavour	to	double	,	not	our	desires	and	our	exercises	,
我们	必须	努力	到	双倍的	,	不是	我们的	欲望	和	我们的	练习	,

我们必须努力加倍的，不是我们的欲望和锻炼，

[bʌt; bət][ðə; ðiˌ] [pə'fekʃ(ə)n] [wɪð] [wɪtʃ] [wiː; wi][fʊl'fɪl][ðem; ðəm] ,

but	the	perfection	with	which	we	fulfil	them	,
但	这	完美	和	哪个	我们	实现	他们	,

但我们实现它们的完美程度，

[siːkɪŋ] [baɪ] [ðɪs] [miːnz] [tuː; tə][geɪn][mɔː(r)][baɪ][wʌn]['ækʃ(ə)n][ðæn; ðən][wiː; wi] [wʊd] [baɪ][ə; eɪ]

seeking	by	this	means	to	gain	more	by	one	action	than	we	would	by	a
寻求	经过	这	方法	到	获得	更多的	经过	一	行动	比	我们	会	经过	一个

['hʌndrəd] ['ʌðə(r)z] [dʌn] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə]['aʊə(r)] [ˌɪnklɪ'neɪʃn] [ænd; ənd] [ə'fekʃn] . - .

hundred	others	done	according	to	our	inclination	and	affection	.	187	.
百	其他的	完毕	根据	到	我们的	倾角	和	感情	.	-	.

试图通过这种方式，通过一次行动获得比我们根据自己的喜好和情感所做的一百次行动所获得的更多利益。187.

[wʌn][ækt] [pə'fɔːmd] [ɪn] ['draɪnəs] [ɒv; əv]['spɪrɪt][ɪz] [wɜːθ] [mɔː(r)][ðæn; ðən] ['sevrəl] [dʌn] [ɪn] [greɪt]

One	act	performed	in	dryness	of	spirit	is	worth	more	than	several	done	in	great
一	行为	执行	在	干燥	的	精神	是	值得	更多的	比	一些	完毕	在	伟大的

['sensəb(ə)l] ['fɜːvə(r)] . - .

sensible	fervour	.	84188	.
明智的	热情	.	-	.

一次冷静完成的善举胜过多次热情洋溢的善举。84188。

[aɪ] [seɪ] , [ðen] , [ðæt] [wiː; wi][mʌst; məst][daɪ][ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] [gɒd] [meɪ] [lɪv; laɪv][ɪn][ˌjuː 'es] ,

I	say	,	then	,	that	we	must	die	in	order	that	God	may	live	in	us	,
我	说	,	然后	,	那	我们	必须	死	在	命令	那	上帝	可能	居住	在	我们	,

所以我说，我们必须死去，上帝才能活在我们里面。

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪm'pɒsəb(ə)l][tuː; tə][ə'kwaɪə(r)]['juːniən] [wɪð] [gɒd][baɪ]['eni]['ʌðə(r)] [miːnz] [ðæn; ðən]

for	it	is	impossible	to	acquire	union	with	God	by	any	other	means	than
为了	它	是	不可能的	到	获得	联盟	和	上帝	经过	任何	其他	方法	比

[ˌmɔːtɪfɪ'keɪʃ(ə)n] .

mortification	.
屈辱	.

因为除了苦修之外，没有任何其他方法可以与神合一。

[ðiːz] [wɜːdz] , “ [wiː; wi][mʌst; məst][daɪ] , ” [ɑː(r); ə(r)][hɑːd] , [bʌt; bət] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] ['fɒləʊd] [baɪ][ə; eɪ]

These	words	,	“	We	must	die	,	”	are	hard	,	but	they	are	followed	by	a
这些	字	,	“	我们	必须	死	,	”	是	难的	,	但	他们	是	随后	经过	一个

[greɪt] ['swiːtnəs] ,

great	sweetness	,
伟大的	甜味	,

“我们终将一死”这句话虽然刺耳，但紧随其后的却是一种巨大的甜蜜。

[ænd; ənd] [ðɪs] ['swiːtnəs] [ɪz]['juːniən] [wɪð] [gɒd] . - .

and	this	sweetness	is	union	with	God	.	189	.
和	这	甜味	是	联盟	和	上帝	.	-	.

这种甜蜜就是与神合一。189.

[jɔː(r); jə(r)] ['mɪzəriz] [ænd; ənd] [in'fəːməti] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [ə'stɒnɪʃ] [juː; jʊ] ; [gɒd] [hæz; həz] [siːn] ['meni]

Your	miseries	and	infirmities	should	not	astonish	you	;	God	has	seen	many
你的	苦难	和	弱点	应该	不是	震惊	你	;	上帝	有	已见	许多

['ʌðə(r)z] ,

others	,
其他的	,

你的苦难和疾病不应该让你感到惊讶；上帝见过许多其他的苦难和疾病。

[ænd; ənd][hɪz; ɪz] ['mɜːsi] [dʌz] [nɒt][rɪ'dʒekt][ðə; ði] ['mɪzrəbl] , [bʌt; bət][ɪz] ['eksəd] [ɪn] ['duːɪŋ] [ðem; ðəm]

and	his	mercy	does	not	reject	the	miserable	,	but	is	exercised	in	doing	them
和	他的	怜悯	做	不是	拒绝	这	悲惨的	,	但	是	锻炼	在	正在做	他们

[gʊd] . - .

good	.	190	.
好的	.	-	.

他的仁慈不会抛弃不幸的人，而是通过给予他们好处来施予。190.

[wiː; wi][mʌst; məst][duː; də] ['evriθɪŋ] [θruː] a85

We	must	do	everything	through	a85
我们	必须	做	一切	通过	a85

我们必须通过a85来做一切。

['məʊtɪv][ɒv; əv] [lʌv] , [ænd; ənd] ['nʌθɪŋ] [θruː] [kəm'pʌlʃn] .

motive	of	love	,	and	nothing	through	compulsion	.
动机	的	爱	,	和	没有什么	通过	强迫症	.

出于爱的动机，绝非出于强迫。

['aʊə(r)] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)] [ə'biːdiəns] [mʌst; məst][biː; bi]['greɪtə(r)][ðæn; ðən]['aʊə(r)][fɪə(r)][ɒv; əv] [ˌdɪsə'biːdiəns]

Our	love	for	obedience	must	be	greater	than	our	fear	of	disobedience
我们的	爱	为了	服从	必须	是	更大的	比	我们的	害怕	的	不服从

. - .

.	191	.
.	-	.

我们对服从的喜爱必须大于我们对违抗的恐惧。191.

[aɪ] [liːv] [juː; jʊ] ['lɪbəti] [ɒv; əv]['spɪrɪt] , [nɒt] [ðæt] [wɪtʃ] [ɪk'skluːdz] [ə'biːdiəns] , [bʌt; bət] [ðæt] [wɪtʃ]

I	leave	you	liberty	of	spirit	,	not	that	which	excludes	obedience	,	but	that	which
我	离开	你	自由	的	精神	,	不是	那	哪个	不包括	服从	,	但	那	哪个

[ɪk'skluːdz] [kən'streɪnt] ,

excludes	constraint	,
不包括	约束	,

我留给你们的是精神上的自由，不是那种排除服从的自由，而是那种排除约束的自由。

['skruːp(ə)l] , [ɔː(r)]['əʊvə(r)] - ['iːgənəs] . - .

scruple	,	or	over	-	eagerness	.	192	.
顾忌	,	或者	超过	-	渴望	.	-	.

顾虑，或者过分急切。192.

[hɪə(r)][ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][mɑːrks][ɒv; əv] [truː] ['lɪbəti] : 1st .

Here	are	the	marks	of	true	liberty	:	1st	.
这里	是	这	标记	的	真的	自由	:	1st	.

以下是真正自由的标志：第一。

[ðə; ði] [hɑːt] [wɪtʃ] [pə'zesɪz] [ðɪs] ['lɪbəti] [ɪz][nɒt] [ə'tætʃt] [tuː; tə] [ˌkɔnsə'leiʃən] ,

The	heart	which	possesses	this	liberty	is	not	attached	to	consolations	,
这	心	哪个	拥有	这	自由	是	不是	随附的	到	安慰	,

拥有这种自由的心不会执着于安慰。

[bʌt; bət] [rɪ'siːvz] [ə'flikʃən] [wɪð] [ɔːl][ðə; ði] ['swiːtnəs] [ðæt] [ðə; ði] [fleʃ] [əd'mit][ɒv; əv] .

but	receives	afflictions	with	all	the	sweetness	that	the	flesh	admits	of	.
但	接收	苦难	和	全部	这	甜味	那	这	肉	承认	的	.

但他却以肉体所能承受的一切甜蜜来接受苦难。

[ai][duː; də][nɒt] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] love86

I	do	not	say	that	it	does	not	love86
我	做	不是	说	那	它	做	不是	love86

我并没有说它不爱86

[ænd; ənd][dɪ'zaɪə(r)] [ˌkɔnsə'leiʃən] , [bʌt; bət] [ðæt] [ðə; ði] [hɑːt] [ɪz][nɒt] [baʊnd] [tuː; tə][ðem; ðəm] . - .

and	desire	consolations	,	but	that	the	heart	is	not	bound	to	them	.	193	.
和	欲望	安慰	,	但	那	这	心	是	不是	边界	到	他们	.	-	.

并渴望得到安慰，但内心却不被安慰所束缚。193.

2nd .

2nd .

2nd .

第二。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [hɑːt] [ɪz][ɪn][nəʊ] [wei] [ə'tætʃt] [tuː; tə]['spɪrɪtʃuəl]['eksəsaɪzɪz] ,

Such	a	heart	is	in	no	way	attached	to	spiritual	exercises	,
这样的	一个	心	是	在	不	方式	随附的	到	精神	练习	,

这样一颗心与灵修活动毫无关联。

[səʊ] [ðæt] [ɪf] ['sɪknəs] [ɔː(r)] ['eni] ['ʌðə(r)]['æksɪdənt] [ˌɪntə'fiəz] [wɪð] [ðem; ðəm][ˌaɪ 'tiː] [fiːlz] [nəʊ] [rɪ'gret] .

so	that	if	sickness	or	any	other	accident	interferes	with	them	it	feels	no	regret	.
所以	那	如果	疾病	或者	任何	其他	事故	干扰	和	他们	它	感觉	不	后悔	.

所以，如果疾病或其他意外事故影响到他们，他们也不会感到遗憾。

[ai]['ɔːlsəʊ][duː; də][nɒt] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [lʌv] [ðem; ðəm] ,

I	also	do	not	say	that	it	does	not	love	them	,
我	还	做	不是	说	那	它	做	不是	爱	他们	,

我也没有说它不爱他们。

[bʌt; bət] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt] [ə'tætʃt] [tuː; tə][ðem; ðəm] . - .

but	that	it	is	not	attached	to	them	.	194	.
但	那	它	是	不是	随附的	到	他们	.	-	.

但它并不附着在它们身上。194.

3rd .

3rd .

3rd .

第三。

[sʌtʃ] [ə; eɪ] [hɑːt] ['reəli] ['luːzɪz][ɪts][dʒɔɪ] ,

Such	a	heart	rarely	loses	its	joy	,
这样的	一个	心	很少	失败	它是	喜悦	,

这样一颗心很少会失去快乐，

[fɔː(r); fə(r)][nəʊ][praɪ'veɪʃ(ə)n] ['sædən] [wʌn] [huːz] [hɑːt] [ɪz][nɒt] [baʊnd] [tuː; tə] ['eniθɪŋ] .

for	no	privation	saddens	one	whose	heart	is	not	bound	to	anything	.
为了	不	匮乏	令人悲伤	一	谁	心	是	不是	边界	到	任何事物	.

对于一颗不被任何事物束缚的心来说，任何匮乏都不会使人悲伤。

[ai][duː; də][nɒt] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]['nevə(r)]['luːzɪz][ɪts][dʒɔɪ] ,

I	do	not	say	that	it	never	loses	its	joy	,
我	做	不是	说	那	它	绝不	失败	它是	喜悦	,

我并不是说它永远不会失去快乐，

[bʌt; bət] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['əʊnli][fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [ʃɔːt] [taɪm] . - .

but	that	it	is	only	for	a	short	time	.	87195	.
但	那	它	是	仅有的	为了	一个	短的	时间	.	-	.

但这只是暂时的。87195。

[ə; eɪ] [səʊl] [wɪtʃ] [pə'zesɪz] [truː] ['lɪbəti] [wɪl] [liːv] [hɪz; ɪz] [preə(r)] ,

A	soul	which	possesses	true	liberty	will	leave	his	prayer	,
一个	灵魂	哪个	拥有	真的	自由	将要	离开	他的	祷告	,

真正获得自由的灵魂会停止祈祷。

[ænd; ənd] [wɪð] [æn; ən]['eɪmiəb(ə)l] ['kaʊntənəns] [ænd; ənd] ['greɪʃəs] ['mænə(r)] [griːt] [ðə; ði] [ɪm'pɔːtʃənət]

and	with	an	amiable	countenance	and	gracious	manner	greet	the	importunate
和	和	一个	可亲	面容	和	亲切	方式	迎接	这	纠缠不休

['pɜːs(ə)n] [huː] [dis'tə:b] [hɪm] .

person	who	disturbs	him	.
人	WHO	扰乱	他	.

并以和蔼的面容和优雅的举止迎接打扰他的纠缠不休的人。

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [seɪm] [tuː; tə][hɪm] ['weðə(r)] [hiː; hi] [sɜːv] [gɒd][ɪn][ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n][ɔː(r)][baɪ]

For	it	is	the	same	to	him	whether	he	serve	God	in	meditation	or	by
为了	它	是	这	相同的	到	他	无论	他	服务	上帝	在	冥想	或者	经过

['beərɪŋ] [wɪð] [hɪz; ɪz] ['neɪbə(r)] ;

bearing	with	his	neighbour	;
轴承	和	他的	邻居	;

对他来说，无论是默想上帝还是与邻舍相处，都是一样的。

[ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][bəuθ][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd] . - .

they	are	both	the	will	of	God	.	196	.
他们	是	两个都	这	将要	的	上帝	.	-	.

它们都是上帝的旨意。196.

['lɪbəti] [ɒv; əv]['spɪrɪt][hæz; həz] [tuː] [v'aɪsɪz] : [ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] [ɪn'kɒnstənsi] [ænd; ənd][ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv]

Liberty	of	spirit	has	two	vices	:	a	spirit	of	inconstancy	and	a	spirit	of
自由	的	精神	有	二	恶习	:	一个	精神	的	反复无常	和	一个	精神	的

[kən'streɪnt] .

constraint	.
约束	.

精神自由有两种弊端：一种是反复无常的精神，另一种是墨守成规的精神。

[fɔː(r); fə(r)][ɪg'zɑːmp(ə)l] : [aɪ] [rɪ'zɒlv] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] ['evri] ['mɔːnɪŋ] .

For	example	:	I	resolve	to	make	a	meditation	every	morning	.
为了	例子	:	我	解决	到	制作	一个	冥想	每一个	早晨	.

例如：我决定每天早上进行冥想。

[ɪf] [aɪ][hæv; həv][ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] [ɪn'kɒnstənsi] [aɪ] [wɪl] [dɪ'fɜː(r)][ˌaɪ 'tiː] [tɪl] ['iːvnɪŋ] [æt; ət] the88

If	I	have	a	spirit	of	inconstancy	I	will	defer	it	till	evening	at	the88
如果	我	有	一个	精神	的	反复无常	我	将要	推迟	它	直到	晚上	在	the88

如果我意志不坚定，我会把它推迟到晚上88号。

['slaɪtɪst] [ɪk'skjuːs] — [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['bɑːkɪŋ] [ɒv; əv][ə; eɪ][dɒg] [wɪtʃ] [hæz; həz] [dɪ'stɜːbd] [maɪ] [sliːp] ,

slightest	excuse	—	for	the	barking	of	a	dog	which	has	disturbed	my	sleep	,
丝毫	原谅	—	为了	这	叫声	的	一个	狗	哪个	有	不安	我的	睡觉	,

哪怕是最轻微的借口——比如狗吠声吵醒了我——

[fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ]['letə(r)][tuː; tə][biː; bi] ['rɪt(ə)n] , [ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt][æt; ət][ɔːl]['ɜːdʒənt] .

for	a	letter	to	be	written	,	though	it	is	not	at	all	urgent	.
为了	一个	信	到	是	书面	,	尽管	它	是	不是	在	全部	紧迫的	.

虽然并不紧急，但还是需要写一封信。

[ɒn][ðə; ði] ['kɒntrəri] , [ɪf] [aɪ][hæv; həv][ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] [kən'streɪnt] [aɪ] [wɪl] [nɒt][ə'mɪt][maɪ][ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n]

On	the	contrary	,	if	I	have	a	spirit	of	constraint	I	will	not	omit	my	meditation
在	这	相反	,	如果	我	有	一个	精神	的	约束	我	将要	不是	忽略	我的	冥想

,

,

,

相反，如果我心怀自律，我就不会懈怠冥想。

['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ə; eɪ] [sɪk] ['pɜːs(ə)n][ɪz] ['veri] [mʌtʃ] [ɪn] [niːd] [ɒv; əv][maɪ] ['sɜːvɪsɪz] . - .

even	though	a	sick	person	is	very	much	in	need	of	my	services	.	197	.
甚至	尽管	一个	生病的	人	是	非常	很多	在	需要	的	我的	服务	.	-	.

即使病人非常需要我的服务。197.

['evriθɪŋ] [tend] [tu:; tə][ðə; ði] [gʊd] [ɒv; əv] [ðəʊz] [hu:] [lʌv] [gɒd] .

Everything	tends	to	the	good	of	those	who	love	God	.
一切	倾向于	到	这	好的	的	那些	WHO	爱	上帝	.

万事都向爱神的人有益。

[ænd; ənd] , [ɪn] [tru:θ] , [sɪns] [gɒd] [kæn; kən] [drɔ:] [gʊd] [frɒm; frəm]['i:v(ə)l] , [fɔ:(r); fə(r)] [hu:m] [wɪl] [hi:; hi]

And	,	in	truth	,	since	God	can	draw	good	from	evil	,	for	whom	will	He
和	,	在	真相	,	自从	上帝	能	画	好的	从	邪恶的	,	为了	谁	将要	他

[du:; də][ˌaɪ 'ti:] ,

do	it	,
做	它	,

事实上，既然上帝能从邪恶中汲取善意，祂会为谁这样做呢?

[ɪf] [nɒt][fɔ:(r); fə(r)] [ðəʊz] [hu:] [hæv; həv]['gɪv(ə)n] [ðəm'selvz] [wɪ'ðaʊt] [rɪ'zɜ:v] [tu:; tə][hɪm] ?

if	not	for	those	who	have	given	themselves	without	reserve	to	Him	?
如果	不是	为了	那些	WHO	有	给定	他们自己	没有	预订	到	他	?

如果不是为了那些毫无保留地将自己奉献给他的人呢?

[jes] , ['evriθɪŋ] [tend] [tu:; tə][ðeə(r)]['prɒfɪt] , ['i:v(ə)n][sɪn] .

Yes	,	everything	tends	to	their	profit	,	even	sin	.
是的	,	一切	倾向于	到	他们的	利润	,	甚至	罪	.

是的，一切都有利于他们的利益，甚至包括罪恶。

['deɪvɪd] [wʊd] ['nevə(r)][hæv; həv] been89

David	would	never	have	been89
大卫	会	绝不	有	been89

大卫永远不会是89

[səʊ]['hʌmb(ə)l] [ɪf] [hi:; hi][hæd; həd][nɒt] [sin] ;

so	humble	if	he	had	not	sinned	;
所以	谦逊的	如果	他	有	不是	罪过	;

如果他没有犯过罪，他该是多么谦逊啊!

[nɔ:(r)] [wʊd] ['mægdəˌli:nz] [lʌv] [fɔ:(r); fə(r)][hɜ:(r); hə(r)]['seɪvjə(r)][hæv; həv] [bi:n] [wɒt] [ˌaɪ 'ti:][wɒz; wəz] .

nor	would	Magdalene's	love	for	her	Saviour	have	been	what	it	was	.
也不	会	抹大拉的	爱	为了	她	救主	有	到过	什么	它	曾是	.

玛格达琳对救世主的爱也不会是现在这样。

[tel] [ˌem 'i:] , [ðen] , [wɒt] [wɪl] [hi:; hi][nɒt][du:; də] [wɪð] ['aʊə(r)] [ə'flikʃən] [ænd; ənd] ['leɪbə(r)] ? - .

Tell	me	,	then	,	what	will	He	not	do	with	our	afflictions	and	labours	?	198	.
告诉	我	,	然后	,	什么	将要	他	不是	做	和	我们的	苦难	和	劳动	?	-	.

那么，请告诉我，祂对我们的苦难和劳苦还有什么不做呢? 198.

[ɪf] , [ðen] , [ˌaɪ 'ti:]['evə(r)] ['hæpən] [ðæt] [sʌm; səm] [gri:f] [kʌm] [ə'pɒn][ju:; jʊ] ,

If	,	then	,	it	ever	happen	that	some	grief	come	upon	you	,
如果	,	然后	,	它	曾经	发生	那	一些	悲伤	来	之上	你	,

如果，有朝一日你遭遇了某种悲伤，

[ə'ʃʊə(r)] [jɔ:(r); jə(r)] [səʊl] [ðæt] [ɪf] [ʃi:; ʃi] [lʌv] [gɒd] [ɔ:l] [θɪŋz] [wɪl] [tɜ:n] [tu:; tə][hɜ:(r); hə(r)] [gʊd] .

assure	your	soul	that	if	she	love	God	all	things	will	turn	to	her	good	.
保证	你的	灵魂	那	如果	她	爱	上帝	全部	事物	将要	转动	到	她	好的	.

你向她保证，只要她爱上帝，一切都会朝着对她有利的方向发展。

[ænd; ənd] [ðəʊ] [ju:; jʊ] [meɪ] [nɒt] [si:] [ðə; ði] [mi:nz] [baɪ] [wɪtʃ] [ðɪs] [gʊd] [ʃæl; ʃəl][bi:; bi] [ɪ'fektɪd] ,

And	though	you	may	not	see	the	means	by	which	this	good	shall	be	effected	,
和	尽管	你	可能	不是	看	这	方法	经过	哪个	这	好的	将	是	受影响	,

即使你看不见实现这一善举的途径，

[bi:; bi][ɔ:l][ðə; ði][mɔ:(r)] [kən'vɪnst] [ɒv; əv][ˌaɪ 'ti:] . - .

be	all	the	more	convinced	of	it	.	199	.
是	全部	这	更多的	确信	的	它	.	-	.

更加确信这一点。199.

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ]['veri] [gʊd] [saɪn] [ðæt] [ðə; ði]['enəmi] ['reɪdʒɪz][ænd; ənd] [biːts] [æt; ət][jɔː(r); jə(r)][dɔː(r)] : -

It	is	a	very	good	sign	that	the	enemy	rages	and	beats	at	your	door	:	90
它	是	一个	非常	好的	符号	那	这	敌人	愤怒	和	节拍	在	你的	门	:	-

敌人怒吼着猛击你的大门，这可是个好兆头：90

[ˌaɪ 'tiː] [ʃəʊz] [ðæt] [hiː; hi][hæz; həz][nɒt] [wɒt] [hiː; hi]['wɒnts] .

it	shows	that	he	has	not	what	he	wants	.
它	演出	那	他	有	不是	什么	他	想要	.

这说明他并没有得到他想要的东西。

[ɪf] [hiː; hi][hæd; həd][hiː; hi] [wʊd] [siːs] [tuː; tə][kraɪ][aʊt] , [bʌt; bət] [wʊd] ['kwaɪətli]['entə(r)][ænd; ənd]

If	he	had	he	would	cease	to	cry	out	,	but	would	quietly	enter	and
如果	他	有	他	会	停止	到	哭	出去	,	但	会	悄悄	进入	和

[steɪ] [wɪð] [juː; jʊ] . - .

stay	with	you	.	200	.
停留	和	你	.	-	.

如果他有的话，他就会停止哭喊，而是安静地走进来，和你待在一起。200.

['kʌrɪdʒ] !

Courage	!
勇气	!

勇气!

[æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][wiː; wi][kæn; kən][seɪ] , ['iːv(ə)n]['kəʊldli] , [gɒd][biː; bi] [preɪzd] , [ðeə(r)][ɪz][nəʊ]['riːz(ə)n]

As	long	as	we	can	say	,	even	coldly	,	God	be	praised	,	there	is	no	reason
作为	长的	作为	我们	能	说	,	甚至	冷冷地	,	上帝	是	赞扬	,	那里	是	不	原因

[tuː; tə][fɪə(r)] .

to	fear	.
到	害怕	.

只要我们能够平静地说出"赞美上帝"，就没有理由害怕。

[ænd; ənd][duː; də][nɒt] [tel] [ˌem 'iː] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [siːm] [tuː; tə][juː; jʊ] [ðæt] [juː; jʊ] [seɪ] [ˌaɪ 'tiː][ɪn][ə; eɪ]

And	do	not	tell	me	that	it	seems	to	you	that	you	say	it	in	a
和	做	不是	告诉	我	那	它	似乎	到	你	那	你	说	它	在	一个

['spɪrɪtləs] [wei] ,

spiritless	way	,
死气沉沉	方式	,

别跟我说你觉得你说话缺乏激情，

[wɪð] [nəʊ] [streŋθ] [ɔː(r)] ['kʌrɪdʒ] ,

with	no	strength	or	courage	,
和	不	力量	或者	勇气	,

没有力量也没有勇气，

[bʌt; bət][æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ][hæd; həd][tuː; tə][duː; də] ['vaɪələns] [tuː; tə] [jɔː'self] [tuː; tə]['ʌtə(r)][ˌaɪ 'tiː] .

but	as	if	you	had	to	do	violence	to	yourself	to	utter	it	.
但	作为	如果	你	有	到	做	暴力	到	你自己	到	说出	它	.

但就好像你必须对自己施暴才能说出这句话一样。

[əʊ] , [ðɪs] [ɪz][ðə; ði]['blesɪd; blest] ['vaɪələns] [wɪtʃ] ['teɪkɪθ] ['hev(ə)n] ! - .

Oh	,	this	is	the	blessed	violence	which	taketh	heaven	!	201	.
哦	,	这	是	这	蒙福	暴力	哪个	拿	天堂	!	-	.

哦，这就是征服天堂的神圣暴力！201.

[æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][ə; eɪ][temp'teɪʃ(ə)n][ɪz] displeasing91

As	long	as	a	temptation	is	displeasing91
作为	长的	作为	一个	诱惑	是	displeasing91

只要诱惑令人不快91

[tuː; tə][juː; jʊ][ðeə(r)][ɪz] ['nʌθɪŋ] [tuː; tə][fɪə(r)] ,

to	you	there	is	nothing	to	fear	,
到	你	那里	是	没有什么	到	害怕	,

你没什么好怕的，

[fɔː(r); fə(r)] [waɪ] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː] [dɪs'pliːz] [juː; jʊ] [ɪf] [nɒt] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [juː; jʊ] [duː; də] [nɒt] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] ? - .

for	why	does	it	displease	you	if	not	because	you	do	not	wish	it	?	202	.
为了	为什么	做	它	得罪	你	如果	不是	因为	你	做	不是	希望	它	?	-	.

如果不是因为你不希望它发生，那你为什么会不高兴呢？202.

[mɔːr'əʊvə(r)] , [ðiːz] ['veri] [ɪm'pɔːtʃənət] [temp'teiʃənz] [kʌm] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['mælɪs] [ɒv; əv] [ðə; ði]

Moreover	,	these	very	importunate	temptations	come	from	the	malice	of	the
而且	,	这些	非常	纠缠不休	诱惑	来	从	这	恶意	的	这

['dev(ə)l] ,

devil	,
魔鬼	,

此外，这些令人难以抗拒的诱惑都源于魔鬼的恶意。

[bʌt; bət] [ðə; ði] ['trʌb(ə)l] [ænd; ənd] ['sʌfərɪŋ] [ðeɪ] [kɔːz] [ˌjuː 'es] [kʌm] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['mɜːsi] [ɒv; əv]

but	the	trouble	and	suffering	they	cause	us	come	from	the	mercy	of
但	这	麻烦	和	痛苦	他们	原因	我们	来	从	这	怜悯	的

[gɒd] .

God	.
上帝	.

但他们给我们带来的麻烦和痛苦，都是上帝的怜悯。

[hiː; hi] [drɔːz] [frɒm; frəm] [ðə; ði] ['mælɪs] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] ['enəmi] [ðə; ði] ['həʊli] [ˌtrɪbju'leɪʃ(ə)n] [baɪ] [wɪtʃ] [hiː; hi]

He	draws	from	the	malice	of	his	enemy	the	holy	tribulation	by	which	He
他	平局	从	这	恶意	的	他的	敌人	这	圣	苦难	经过	哪个	他

[ri'fain] [ðə; ði] [gəʊld] [hiː; hi] [dɪ'zaɪr] [tuː; tə] [pleɪs] [ɪn] [hɪz; ɪz] ['treʒəri] .

refines	the	gold	He	desires	to	place	in	his	treasury	.
精炼	这	金子	他	欲望	到	地方	在	他的	财政部	.

他从敌人的恶意中汲取神圣的苦难，以此提炼他想要放入自己宝库的黄金。

[dɪ'spaɪz] [ðə; ði] [temp'teiʃənz] [ænd; ənd] [ɪm'breɪs] [ðə; ði] [ˌtrɪbju'leɪʃnz] . - .

Despise	the	temptations	and	embrace	the	tribulations	.	203	.
鄙视	这	诱惑	和	拥抱	这	苦难	.	-	.

鄙视诱惑，拥抱磨难。203.

[wiː; wi] [mʌst; məst] [ɪn'djʊə(r)] ['aʊə(r)] [əʊn] [wɒnt] of92

We	must	endure	our	own	want	of92
我们	必须	忍受	我们的	自己的	想	of92

我们必须忍受我们自身的匮乏92

[pə'fekʃ(ə)n] , [ɪf] [wiː; wi] [wʊd] [ə'teɪn] [pə'fekʃ(ə)n] .

perfection	,	if	we	would	attain	perfection	.
完美	,	如果	我们	会	达到	完美	.

如果我们能够达到完美，那便是完美。

[ai] [seɪ] [ðæt] [wiː; wi] [mʌst; məst] [ɪn'djʊə(r)] [ˌaɪ 'tiː] ['peɪʃntli] , [bʌt; bət] [wiː; wi] [mʌst; məst] [nɒt] [lʌv] [ɔː(r)]

I	say	that	we	must	endure	it	patiently	,	but	we	must	not	love	or
我	说	那	我们	必须	忍受	它	耐心	,	但	我们	必须	不是	爱	或者

[kə'res] [ˌaɪ 'tiː] .

caress	it	.
抚摸	它	.

我说，我们必须耐心忍受它，但我们不能爱它，也不能溺爱它。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [baɪ] [ðə; ði] [ɪn'djʊərəns] [ɒv; əv] [ðɪs] ['sʌfərɪŋ] [ðæt] [hjuː'mɪləti] [ɪz] ['nʌrɪʃt] . - .

It	is	by	the	endurance	of	this	suffering	that	humility	is	nourished	.	204	.
它	是	经过	这	耐力	的	这	痛苦	那	谦逊	是	营养	.	-	.

正是通过忍受这种苦难，谦逊才得以滋养。204.

[ðəʊz] [huː] [əˈspaɪə(r)][tuː; tə][pjʊə(r)] [lʌv] [ɒv; əv][gɒd][hæv; həv][nɒt][səʊ] [mʌtʃ] [niːd] [ɒv; əv] ['peɪʃ(ə)ns]

Those	who	aspire	to	pure	love	of	God	have	not	so	much	need	of	patience
那些	WHO	渴望	到	纯的	爱	的	上帝	有	不是	所以	很多	需要	的	耐心

[wɪð] ['ʌðə(r)z][æz; əz] [wɪð] [ðəmˈselvz] . - .

with	others	as	with	themselves	.	205	.
和	其他的	作为	和	他们自己	.	-	.

那些渴望纯粹地爱上帝的人，与其说需要对别人有耐心，不如说需要对自己有耐心。205.

[wiː; wi][mʌst; məst] [kənˈfes] [ðə; ði] [truːθ] : [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][pɔː(r); pʊə(r)] ['kriːtʃəz] , ['keɪpəb(ə)l][ɒv; əv]

We	must	confess	the	truth	:	we	are	poor	creatures	,	capable	of
我们	必须	承认	这	真相	:	我们	是	贫穷的	生物	,	有能力的	的

['veri] ['lɪt(ə)l] [ðæt] [ɪz] [gʊd] ;

very	little	that	is	good	;
非常	小的	那	是	好的	;

我们必须承认真相：我们是可怜的生物，几乎不具备任何行善的能力；

[bʌt; bət][gɒd] , [huː] is93

but	God	,	who	is93
但	上帝	,	WHO	is93

但上帝，祂是93

['ɪnfɪnətli] [gʊd] , [ɪz]['kɒntent] [wɪð] ['aʊə(r)][pɔː(r); pʊə(r)] ['leɪbə(r)] , [ænd; ənd][faɪndz][əkˈseptəb(ə)l][ðə; ði]

infinitely	good	,	is	content	with	our	poor	labours	,	and	finds	acceptable	the
无限地	好的	,	是	内容	和	我们的	贫穷的	劳动	,	和	发现	可接受	这

[ˌprepəˈreɪʃ(ə)n][ɒv; əv]['aʊə(r)] [hɑːt] . - .

preparation	of	our	heart	.	206	.
准备	的	我们的	心	.	-	.

祂无限良善，对我们微薄的劳动感到满意，并且接受我们心灵的预备。206.

[bʌt; bət] [wɒt] [miːnz] [ðɪs] [ˌprepəˈreɪʃ(ə)n][ɒv; əv]['aʊə(r)] [hɑːt] [əˈkɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [ɪkˈspreʃ(ə)n] [ɒv; əv]

But	what	means	this	preparation	of	our	heart	according	to	the	expression	of
但	什么	方法	这	准备	的	我们的	心	根据	到	这	表达	的

['həʊli] [rɪt] :

Holy	Writ	:
圣	写	:

但是，按照圣经的教导预备我们的心究竟意味着什么呢?

“ [gɒd][ɪz]['greɪtə(r)][ðæn; ðən]['aʊə(r)] [hɑːt] , [ænd; ənd]['aʊə(r)] [hɑːt] [ɪz]['greɪtə(r)][ðæn; ðən][ðə; ði] [wɜːld] ?

“	God	is	greater	than	our	heart	,	and	our	heart	is	greater	than	the	world	?
“	上帝	是	更大的	比	我们的	心	,	和	我们的	心	是	更大的	比	这	世界	?

“上帝比我们的心更大，我们的心比世界更大吗？”

” [wen] ['aʊə(r)] [hɑːt] , [ɪn][ðə; ði]['spɪlətjuːd][ɒv; əv][ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] , [priˈpɛəz] [ðə; ði] ['sɜːvɪs] [wɪtʃ] [ˌaɪ 'tiː]

”	When	our	heart	,	in	the	solitude	of	meditation	,	prepares	the	service	which	it
”	什么时候	我们的	心	,	在	这	孤独	的	冥想	,	准备	这	服务	哪个	它

[mʌst; məst]['rendə(r)][gɒd] ,

must	render	God	,
必须	使成为	上帝	,

“当我们的心在独处冥想中，预备好它必须向神献上的服事时，

[ˌaɪ 'tiː] [ɪ'fekts] ['mɑrvlz] .

it	effects	marvels	.
它	效果	奇迹	.

它能产生奇效。

[ɔːl] [ðɪs] [ˌprepəˈreɪʃ(ə)n] , [ˌnevəðəˈles] , [ɪz][ɪn][nəʊ] [weɪ] [prəˈpɔːʃənd] [tuː; tə][ðə; ði]['grændʒə(r)][ɒv; əv]

All	this	preparation	,	nevertheless	,	is	in	no	way	proportioned	to	the	grandeur	of
全部	这	准备	,	尽管如此	,	是	在	不	方式	比例匀称	到	这	宏伟	的

[gɒd] ,

God	,
上帝	,

然而，所有这些准备工作，与上帝的伟大相比，都显得微不足道。

[ænd; ənd] ['ɔ:dnrəli] [ˌaɪ 'ti:] [ik'si:d] ['aʊə(r)] [streŋθ] ,

and	ordinarily	it	exceeds	our	strength	,
和	按说	它	超过	我们的	力量	,

通常情况下，它超出了我们的能力范围。

[ænd; ənd] [bɪ'kʌmz] [tu:] [greɪt] [tu:; tə][bi:; bi] ['kærid] [aʊt][ɪn]['aʊə(r)][ɪk'stɪəriə(r)]['ækʃ(ə)nz] . - .

and	becomes	too	great	to	be	carried	out	in	our	exterior	actions	.	94207	.
和	变成	也	伟大的	到	是	携带	出去	在	我们的	外部的	行动	.	-	.

并且变得太大，无法通过我们的外部行动来实现。94207。

['aʊə(r)][maɪndz][prɪ'peə(r)][fɔ:(r); fə(r)][gɒd][ə; eɪ] ['mɔ:tɪfaɪd] [fleʃ] [fri:] [frɒm; frəm][ðə; ði] [rɪ'beljən] [ɒv; əv]

Our	minds	prepare	for	God	a	mortified	flesh	free	from	the	rebellion	of
我们的	思想	准备	为了	上帝	一个	羞愧难当	肉	自由的	从	这	叛乱	的

[ðə; ði] ['sensɪz] ,

the	senses	,
这	感官	,

我们的心思意念使人预备好，以克制肉体的欲望，使之摆脱感官的诱惑，来服侍上帝。

[preə(r)] [fri:] [frɒm; frəm] [dɪ'strækʃn] , [ə; eɪ] ['lʌvɪŋ] [hɑ:t] [fri:] [frɒm; frəm][ɔ:l] ['bɪtənəs] ,

prayer	free	from	distraction	,	a	loving	heart	free	from	all	bitterness	,
祷告	自由的	从	分心	,	一个	爱	心	自由的	从	全部	苦味	,

心无杂念的祷告，一颗没有苦毒的爱心。

[ə; eɪ][hju:'mɪləti] [fri:] [frɒm; frəm][ɔ:l] [teɪnt] [ɒv; əv]['vænəti] .

a	humility	free	from	all	taint	of	vanity	.
一个	谦逊	自由的	从	全部	污点	的	虚荣	.

一种不带任何虚荣心的谦逊。

[ɔ:l] [ðɪs] [ɪz] ['veri] [gʊd] , [æn; ən] ['eksələnt] [ˌprepə'reɪʃ(ə)n] ; [bʌt; bət] [hu:] ['kæriz] [ˌaɪ 'ti:][aʊt] ?

All	this	is	very	good	,	an	excellent	preparation	;	but	who	carries	it	out	?
全部	这	是	非常	好的	,	一个	出色的	准备	;	但	WHO	携带	它	出去	?

这一切都很好，准备得非常充分；但是谁来执行呢?

[ə'læs] !

Alas	!
唉	!

唉!

[wen] [wi:; wi] [kʌm] [tu:; tə][ðə; ði] ['præktɪs] [ɒv; əv][ˌaɪ 'ti:] , [wi:; wi][fɔ:l] [ʃɔ:t] .

when	we	come	to	the	practise	of	it	,	we	fall	short	.
什么时候	我们	来	到	这	实践	的	它	,	我们	落下	短的	.

真正付诸实践时，我们却做得不够好。

[mʌst; məst][wi:; wi][ɒn] [ðɪs] [ə'kaʊnt] [bi:; bi] [dis'kwaiət] , ['trʌbld] , [ɔ:(r)] [ə'flɪktɪd] ?

Must	we	on	this	account	be	disquieted	,	troubled	,	or	afflicted	?
必须	我们	在	这	帐户	是	不安	,	麻烦	,	或者	受苦的	?

我们难道就因此而感到不安、烦恼或痛苦吗?

[nəʊ] , ['sɜ:t(ə)nli] [nɒt] .

No	,	certainly	not	.
不	,	当然	不是	.

不，当然不是。

[mʌst; məst][wi:; wi] [ə'plai] [ɑ:'selvz] [tu:; tə] [ɪk'saɪtɪŋ] [ə; eɪ] ['mʌltɪtju:d] [ɒv; əv] [dɪ'zaɪr] [tu:; tə] ['stɪmjuleɪt]

Must	we	apply	ourselves	to	exciting	a	multitude	of	desires	to	stimulate
必须	我们	申请	我们自己	到	激动人心	一个	民众	的	欲望	到	刺激

[ɑ:'selvz] [tu:; tə] [ə'teɪn] [ðɪs] [pə'fekʃ(ə)n] ?

ourselves	to	attain	this	perfection	?
我们自己	到	达到	这	完美	?

我们是否必须努力激发各种各样的欲望才能激励自己达到这种完美境界?

[baɪ][nəʊ] [miːnz] . - .

By	no	means	.	208	.
经过	不	方法	.	-	.

绝不。208。

[aɪ][duː; də][nɒt] [seɪ] [ðæt] [wiː; wi][mʌst; məst][nɒt] tend95

I	do	not	say	that	we	must	not	tend95
我	做	不是	说	那	我们	必须	不是	tend95

我并不是说我们不应该倾向于95

[tuː; tə] [pəˈfekʃ(ə)n] ; [bʌt; bət][wiː; wi][mʌst; məst][nɒt][dɪˈzaɪə(r)][tuː; tə] [əˈteɪn] [ˌaɪ ˈtiː][ɪn][ə; eɪ] [deɪ] ,

to	perfection	;	but	we	must	not	desire	to	attain	it	in	a	day	,
到	完美	;	但	我们	必须	不是	欲望	到	达到	它	在	一个	天	,

力求完美；但我们不应渴望一日之内达到完美。

[ðæt] [ɪz][ɪn][ə; eɪ] [deɪ] [ɒv; əv] [ðɪs] [ˈmɔːt(ə)l][laɪf] ,

that	is	in	a	day	of	this	mortal	life	,
那	是	在	一个	天	的	这	凡人	生活	,

那是在短暂的一生中。

[fɔː(r); fə(r)] [sʌtʃ] [ə; eɪ][dɪˈzaɪə(r)] [wʊd] [ˈəʊnli] [ˈjuːsləsli] [dɪsˈkwaɪət][ˌjuː ˈes] . - .

for	such	a	desire	would	only	uselessly	disquiet	us	.	209	.
为了	这样的	一个	欲望	会	仅有的	无用	忧虑	我们	.	-	.

这种想法只会徒劳地困扰我们。209.

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt][ˈpɒsəb(ə)l] , [aɪ][əˈʃʊə(r)][juː; jʊ] ,

It	is	not	possible	,	I	assure	you	,
它	是	不是	可能的	,	我	保证	你	,

我向你保证，这是不可能的。

[tuː; tə][biː; bi] [kəmˈpliːtli] [rɪd][ɒv; əv][self] [waɪl] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][ɒn] [ɜːθ] .

to	be	completely	rid	of	self	while	we	are	on	earth	.
到	是	完全地	摆脱	的	自己	尽管	我们	是	在	地球	.

在世间活出真我。

[wiː; wi][mʌst; məst][ˈɔːlweɪz] [ˈkæri] [self] [wɪð] [ˌjuː ˈes] , [ʌnˈtɪl] [gɒd] [ˈkæriz] [ˌjuː ˈes][tuː; tə][ˈhev(ə)n] ;

We	must	always	carry	self	with	us	,	until	God	carries	us	to	heaven	;
我们	必须	总是	携带	自己	和	我们	,	直到	上帝	携带	我们	到	天堂	;

我们必须始终带着自我，直到上帝将我们带到天堂；

[ænd; ənd] [waɪl] [wiː; wi] [ˈkæri] [self] , [wiː; wi] [ˈkæri] [ə; eɪ][ˈbɜːd(ə)n][ɒv; əv] [ˈveri] [ˈlɪt(ə)l][ˈvæljuː] . - .

and	while	we	carry	self	,	we	carry	a	burden	of	very	little	value	.	210	.
和	尽管	我们	携带	自己	,	我们	携带	一个	负担	的	非常	小的	价值	.	-	.

当我们背负自我时，我们背负的负担却几乎没有任何价值。210.

[ˈsɒləmən] [telz] [ˌjuː ˈes] [ðæt] [ə; eɪ] [ˈsɜːvənt] [huː] [ˈsʌd(ə)nli] [bɪˈkʌmz] [ˈmɪstrəs] [ɪz] a96

Solomon	tells	us	that	a	servant	who	suddenly	becomes	mistress	is	a96
所罗门	讲述	我们	那	一个	仆人	WHO	突然	变成	情妇	是	a96

所罗门告诉我们，一个仆人突然变成女主人是.....96

[ˈveri] [ˈɪnsələnt] [ˈkriːtʃə(r)] .

very	insolent	creature	.
非常	傲慢的	生物	.

真是个傲慢无礼的家伙。

[wɜː(r); wə(r)][ə; eɪ][səʊl][tuː; tə] [bɪˈkʌm] [ɔːl][æt; ət][wʌns] [ˈpɜːfɪkt] [ˈmɪstrəs] [ɒv; əv] [ˈpæʃ(ə)nz] [wɪtʃ] [ˌaɪ ˈtiː]

Were	a	soul	to	become	all	at	once	perfect	mistress	of	passions	which	it
是	一个	灵魂	到	变得	全部	在	一次	完美的	情妇	的	激情	哪个	它

[hæd; həd] [lɒŋ] [sɜːvd] ,

had	long	served	,
有	长的	服务	,

如果一个灵魂突然间完全成为它长期以来所侍奉的激情的完美主人，

[ai][fɪə(r)][ˌaɪ ˈtiː][kʊd; kəd][nɒt][bʌt; bət][biː; bi][veɪn][ænd; ənd][praʊd] . - .

I	fear	it	could	not	but	be	vain	and	proud	.	211	.
我	害怕	它	可以	不是	但	是	徒劳	和	自豪的	.	-	.

我担心它必然是虚荣和骄傲的。211.

[ɪf] [ɪn][ˈaʊə(r)] [hɑːt] [ðeə(r)][biː; bi][ə; eɪ][ˈsɪŋg(ə)l] [θred] [ɒv; əv] [əˈfekʃn] [wɪtʃ] [ɪz][nɒt][fɔː(r); fə(r)][gɒd] ,

If	in	our	heart	there	be	a	single	thread	of	affection	which	is	not	for	God	,
如果	在	我们的	心	那里	是	一个	单身的	线	的	感情	哪个	是	不是	为了	上帝	,

如果我们心中有哪怕一丝一毫的感情不是给上帝的，

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [ˈɪnstəntli] [teə(r); tɪə][ˌaɪ ˈtiː][aʊt] . - .

we	should	instantly	tear	it	out	.	212	.
我们	应该	即刻	撕	它	出去	.	-	.

我们应该立即把它撕掉。212.

[ai] [ˈkænɒt] [ˌʌndəˈstænd] [haʊ] [juː; jʊ] , [ə; eɪ] [ˈdɔːtə(r)] [ɒv; əv][gɒd] ,

I	cannot	understand	how	you	,	a	daughter	of	God	,
我	不能	理解	如何	你	,	一个	女儿	的	上帝	,

我无法理解你，作为上帝的女儿，怎么会这样

[lɒŋ] [sɪns] [əˈbændənd] [tuː; tə][ðə; ði][ˈbʊzəm][ɒv; əv][hɪz; ɪz] [ˈmɜːsi] [ænd; ənd] [ˈkənsəˌkreitid][tuː; tə][hɪz; ɪz]

long	since	abandoned	to	the	bosom	of	his	mercy	and	consecrated	to	his
长的	自从	弃	到	这	怀	的	他的	怜悯	和	已祝圣的	到	他的

[lʌv] ,

love	,
爱	,

早已被交托于他的慈悲怀抱，献身于他的爱中，

[kæn; kən] [jiːld] [tuː; tə] [sʌtʃ] [ɪˈmɒdərət] [ˈsædnəs] . -

can	yield	to	such	immoderate	sadness	.	97
能	屈服	到	这样的	过分	悲伤	.	-

可能会陷入这种过度的悲伤之中。97

[juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][kənˈsəʊl] [jɔːˈself] ,

You	should	console	yourself	,
你	应该	安慰	你自己	,

你应该安慰自己。

[diˈspaiz] [ɔːl][ðə; ði] [ˈmɔːnf(ə)l] [ænd; ənd] [ˈmeləŋkəli] [səˈdʒestʃənz] [wɪð] [wɪtʃ] [ðə; ði][ˈdev(ə)l][traɪz]

despising	all	the	mournful	and	melancholy	suggestions	with	which	the	devil	tries
鄙视	全部	这	悲哀	和	忧郁	建议	和	哪个	这	魔鬼	尝试

[tuː; tə] [ˈwɪəri] [juː; jʊ] . - .

to	weary	you	.	213	.
到	厌倦	你	.	-	.

鄙视魔鬼试图用各种悲伤和忧郁的暗示来使你感到厌倦。213.

[duː; də][nɒt][ɪgˈzæmɪn] [jɔːˈself] [səʊ] [ˈkeəfəli] [tuː; tə][dɪˈskʌvə(r)] [ˈweðə(r)] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][ɪn] [pəˈfekʃ(ə)n]

Do	not	examine	yourself	so	carefully	to	discover	whether	you	are	in	perfection
做	不是	检查	你自己	所以	小心	到	发现	无论	你	是	在	完美

[ɔː(r)][nɒt] ;

or	not	;
或者	不是	;

不要过于仔细地审视自己，以发现自己是否完美；

[fɔː(r); fə(r)] , [ʃʊd; ʃəd][wiː; wi] [əˈteɪn] [ðə; ði] [ˈgreɪtɪst] [pəˈfekʃ(ə)n] [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd][ˈnaɪðə(r)] [nəʊ] [nɔː(r)]

for	,	should	we	attain	the	greatest	perfection	we	should	neither	know	nor
为了	,	应该	我们	达到	这	最	完美	我们	应该	两者都不	知道	也不

[ˈrekəgnaɪz] [ˌaɪ ˈtiː] ,

recognise	it	,
认出	它	,

因为，如果我们达到了至高无上的完美境界，我们既不会知道也不会意识到它的存在。

[bʌt; bət] ['ɔ:lweɪz] [kən'sɪdə(r)] [ɑ:'selvz] [ɪm'pɜ:fɪkt] .

but	always	consider	ourselves	imperfect	.
但	总是	考虑	我们自己	不完善	.

但要始终认为自己并不完美。

[ðə; ði] [end] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] [ɪg'zeɪmen] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [bi:; bi] [tu:; tə] [dɪ'skʌvə(r)] ['weðə(r)] [wi:; wi] [ɑ:(r); ə(r)]

The	end	of	our	examen	should	never	be	to	discover	whether	we	are
这	结尾	的	我们的	考试	应该	绝不	是	到	发现	无论	我们	是

[ɪm'pɜ:fɪkt] ,

imperfect	,
不完善	,

我们反省的最终目的绝不应该是发现我们是否完美，

[fɔ:(r); fə(r)] [ðæt] [wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [daʊt] . - .

for	that	we	should	never	doubt	.	214	.
为了	那	我们	应该	绝不	怀疑	.	-	.

对此我们绝不应有任何怀疑。214.

['ðeəfɔ:(r)] [wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] ['nevə(r)] [bi:; bi] astonished98

Therefore	we	should	never	be	astonished98
所以	我们	应该	绝不	是	astonished98

因此我们永远不应该感到惊讶98

[æt; ət] [ˌɪmpə'fekʃn] [ɔ:(r)] [let] [ˌaɪ 'ti:] ['sædn] [ˌju: 'es] ;

at	imperfection	or	let	it	sadden	us	;
在	缺陷	或者	让	它	悲伤	我们	;

不完美，或者让它让我们感到悲伤；

[fɔ:(r); fə(r)] [wi:; wi] ['kænɒt] [feɪl] [tu:; tə] [faɪnd] [ɑ:'selvz] [ɪm'pɜ:fɪkt] [ɪn] [ðɪs] [laɪf] ,

for	we	cannot	fail	to	find	ourselves	imperfect	in	this	life	,
为了	我们	不能	失败	到	寻找	我们自己	不完善	在	这	生活	,

因为我们在生活中不可避免地会发现自己有缺点。

[ænd; ənd] [ðeə(r)] [ɪz] [nəʊ] ['remədi] [fɔ:(r); fə(r)] [ˌaɪ 'ti:] [seɪv] [hju:'mɪləti] ,

and	there	is	no	remedy	for	it	save	humility	,
和	那里	是	不	补救	为了	它	节省	谦逊	,

除了谦卑之外，别无他法。

[sɪns] [baɪ] [ðɪs] ['vɜ:tʃu:] [wi:; wi] [ʃæl; ʃəl] [rɪ'peə(r)] ['aʊə(r)] [fɔ:lts] [ænd; ənd] ['grædʒuəli] [ɪm'pru:v] . - .

since	by	this	virtue	we	shall	repair	our	faults	and	gradually	improve	.	215	.
自从	经过	这	美德	我们	将	维修	我们的	故障	和	逐步地	提升	.	-	.

因为凭借这种美德，我们将改正我们的错误，并逐步改进。215.

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [fɔ:(r); fə(r)] [ðə; ði] ['eksəsaɪz] [ɒv; əv] [ðɪs] ['vɜ:tʃu:] [ðæt] ['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] [ɑ:(r); ə(r)] [left] [tu:; tə]

It	is	for	the	exercise	of	this	virtue	that	our	imperfections	are	left	to
它	是	为了	这	锻炼	的	这	美德	那	我们的	瑕疵	是	左边	到

[ju: 'es] ,

us	,
我们	,

正是为了让我们能够运用这种美德，我们才被赋予了自身的不完美。

[sɪns] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [ˌɪnɪk'skju:zəb(ə)l] [nɒt] [tu:; tə] [si:k] [tu:; tə] [kə'rekt] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd] [ɪk'skju:zəb(ə)l] [nɒt]

since	it	is	inexcusable	not	to	seek	to	correct	them	,	and	excusable	not
自从	它	是	不可原谅	不是	到	寻找	到	正确的	他们	,	和	情有可原	不是

[tu:; tə] [sək'si:d] ['pɜ:fɪktli] ;

to	succeed	perfectly	;
到	成功	完美	;

因为不去努力改正错误是不可原谅的，而不能做到完美则是可以原谅的；

[fɔ:(r); fə(r)] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [nɒt] [wɪð] [ˌɪmpər'fekʃən] [æz; əz] [ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [wɪð] [sɪnz] . - .

for	it	is	not	with	imperfections	as	it	is	with	sins	.	216	.
为了	它	是	不是	和	瑕疵	作为	它	是	和	罪孽	.	-	.

因为罪孽与不完美并不相同。216.

[ɪf] [juː; jʊ] [wɪʃ] [tuː; tə][duː; də] [wel] ， [rɪ'gɑːd] [æz; əz] a99
If you wish to do well , regard as a99
如果 你 希望 到 做 出色地 ， 看待 作为 a99

如果你想取得好成绩，就把它看作是99分。

[temp'teɪʃ(ə)n] ['evri] [sə'dʒestʃən] [kən'sɜːnɪŋ] [tʃeɪndʒ] [ɒv; əv] [pleɪs] ；
temptation every suggestion concerning change of place ;
诱惑 每一个 建议 有关 改变 的 地方 ；

任何关于换地方的建议都极具诱惑力；

[fɔː(r); fə(r)] [waɪl] [jɔː(r); jə(r)][maɪnd][ɪz] ['lʊkɪŋ] [bɪ'jɒnd] [weə(r)] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ，
for while your mind is looking beyond where it should be ,
为了 尽管 你的 头脑 是 寻找 超过 在哪里 它 应该 是 ，

当你的思绪游离于它不该在的地方时，

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] ['nevə(r)] [ə'plaɪ] [ɪt'self][tuː; tə] ['duːɪŋ] [wel] [ðə; ðɪ]['djuːti] [wɪtʃ] [laɪz] [bɪ'fɔː(r)] [ˌaɪ 'tiː] . - .
it will never apply itself to doing well the duty which lies before it . 217 .
它 将要 绝不 申请 本身 到 正在做 出色地 这 责任 哪个 谎言 前 它 . - .

它永远不会认真履行它所承担的职责。217.

[wiː; wi][mʌst; məst][nɒt][dɪ'zaɪə(r)][ɔːl][tuː; tə][bɪ'gɪn][baɪ] [pə'fekʃ(ə)n] .
We must not desire all to begin by perfection .
我们 必须 不是 欲望 全部 到 开始 经过 完美 .

我们不应该期望所有人都能一开始就完美。

[ˌaɪ 'tiː] ['mætəz] ['lɪt(ə)l] [haʊ] [wʌn] [bɪ'gɪnz] , [prə'vaɪdɪd][hiː; hi][biː; bi] [rɪ'zɒlvd] [tuː; tə][gəʊ][ɒn] [wel] ，
It matters little how one begins , provided he be resolved to go on well ,
它 事情 小的 如何 一 开始 ， 假如 他 是 已解决 到 去 在 出色地 ，
[ænd; ənd][end] [wel] . - .
and end well . 218 .
和 结尾 出色地 . - .

一个人如何开始并不重要，只要他决心好好走下去，好好结束就行了。218.

[aɪ] [tel] [juː; jʊ] [ðæt] [juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi]['feɪθf(ə)l] [ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['hʌmb(ə)l] .
I tell you that you will be faithful if you are humble .
我 告诉 你 那 你 将要 是 忠实 如果 你 是 谦逊的 .

我告诉你们，你们若谦卑，就必忠心。

[bʌt; bət] [wɪl] [juː; jʊ][biː; bi]['hʌmb(ə)l] ?
But will you be humble ?
但 将要 你 是 谦逊的 ?

但你会谦逊吗?

[jes] ， [ɪf] [juː; jʊ] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] .
Yes , if you wish it .
是的 ， 如果 你 希望 它 .

是的，如果你愿意的话。

But100
But100
But100

但是100

[aɪ][duː; də] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] .
I do wish it .
我 做 希望 它 .

我真希望如此。

[ðen] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['hʌmb(ə)l] .
Then you are humble .
然后 你 是 谦逊的 .

那你就是谦逊的人。

[bʌt; bət][ai] [fiːl] [ðæt] [ai][ˌeɪ 'em][nɒt] .

But	I	feel	that	I	am	not	.
但	我	感觉	那	我	是	不是	.

但我感觉自己并非如此。

[səʊ] [mʌtʃ] [ðə; ði]['betə(r)] ; [ðæt] [helps] [tuː; tə] [meɪk] [juː; jʊ][mɔː(r)][səʊ] . - .

So	much	the	better	;	that	helps	to	make	you	more	so	.	219	.
所以	很多	这	更好的	;	那	帮助	到	制作	你	更多的	所以	.	-	.

这样更好；这有助于你变得更好。219。

[juː; jʊ][dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [sprɪŋ] [ɪn][jɔː(r); jə(r)][səʊl] , [bʌt; bət] [ðæt] ['kænɒt] [biː; bi] .

You	desire	that	it	should	always	be	spring	in	your	soul	,	but	that	cannot	be	.
你	欲望	那	它	应该	总是	是	春天	在	你的	灵魂	,	但	那	不能	是	.

你渴望你的灵魂永远充满春天的气息，但这不可能实现。

[wiː; wi][mʌst; məst][ɪn'djʊə(r)] [vɪ'sɪsɪtjuːdz] [ɒv; əv] ['weðə(r)] [ɪn'tɪrɪərli] [æz; əz] [wel] [æz; əz] ['ɪkstɪərɪəli] .

We	must	endure	vicissitudes	of	weather	interiorly	as	well	as	exteriorly	.
我们	必须	忍受	变迁	的	天气	内部	作为	出色地	作为	外部	.

我们必须忍受室内外各种天气的变迁。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['əʊnli][ɪn] ['hev(ə)n] [ðæt] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][faɪnd][ðə; ði] [pə'petʃuəl] ['bjuːti] [ɒv; əv] [sprɪŋ] ,

It	is	only	in	heaven	that	we	shall	find	the	perpetual	beauty	of	spring	,
它	是	仅有的	在	天堂	那	我们	将	寻找	这	永久	美丽	的	春天	,

只有在天堂，我们才能找到永恒的春天之美。

[ðə; ði] [pə'petʃuəl] ['raɪpənɪŋ] [ɒv; əv] ['sʌmə(r)] , [ðə; ði] [pə'petʃuəl] [fru'ɪʃ(ə)n][ɒv; əv] ['ɔːtəm] .

the	perpetual	ripening	of	summer	,	the	perpetual	fruition	of	autumn	.
这	永久	成熟	的	夏天	,	这	永久	果实	的	秋天	.

夏日永不停歇的成熟，秋日永不停歇的丰收。

[ðeə(r)] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][hæv; həv][nəʊ]['wɪntə(r)] ; [bʌt; bət][hɪə(r)]['wɪntə(r)][ɪz][rɪ'kwaɪəd][fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['eksəsaɪz][ɒv; əv][ˌæbnɪ'geɪʃ(ə)n] ,

There	we	shall	have	no	winter	;	but	here	winter	is	required	for	the	exercise	of	abnegation	,
那里	我们	将	有	不	冬天	;	但	这里	冬天	是	必需的	为了	这	锻炼	的	放弃	,

那里没有冬天；但在这里，冬天是修习克己苦行所必需的。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['θaʊz(ə)nd]['lɪt(ə)l]['vɜːtjuːz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] ['præktɪst] [ɪn] [taɪmz] [ɒv; əv] [stə'rɪlətɪ] . - .

and	a	thousand	little	virtues	which	are	practised	in	times	of	sterility	.	101220	.
和	一个	千	小的	美德	哪个	是	已实践	在	时代	的	无菌	.	-	.

以及在不育时期所实践的一千种小美德。101220。

[maɪ][gɒd] !

My	God	!
我的	上帝	!

我的上帝!

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [suːn] [biː; bi][ɪn] [ɪ'tɜːnətɪ] ,

We	shall	soon	be	in	eternity	,
我们	将	很快	是	在	永恒	,

我们即将进入永恒，

[ænd; ənd] [ðen] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl] [siː] [haʊ] [ˌʌnɪm'pɔːt(ə)nt][ɑː(r); ə(r)][ɔːl][ðə; ði] [θɪŋz] [ɒv; əv] [ðɪs] [wɜːld] ,

and	then	we	shall	see	how	unimportant	are	all	the	things	of	this	world	,
和	然后	我们	将	看	如何	不重要	是	全部	这	事物	的	这	世界	,

然后我们就会明白，世间万物是多么微不足道。

[ænd; ənd] [haʊ] ['lɪt(ə)l][ˌaɪ 'tiː] ['mætəd] ['weðə(r)] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [ə'kʌmplɪʃt] [ɔː(r)][nɒt] .

and	how	little	it	mattered	whether	they	were	accomplished	or	not	.
和	如何	小的	它	重要	无论	他们	是	完成	或者	不是	.

而他们是否取得成就其实并不重要。

[jet] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][æz; əz] ['æŋkʃəs] [ə'baʊt][ðem; ðəm] [naʊ] [æz; əz] [ɪf] [ðeɪ] [wɜː(r); wə(r)] [ə'feəz] [ɒv; əv]

Yet	we	are	as	anxious	about	them	now	as	if	they	were	affairs	of
然而	我们	是	作为	焦虑的	关于	他们	现在	作为	如果	他们	是	事务	的

[greɪt] [ɪm'pɔːt(ə)ns] . - .

great	importance	.	221	.
伟大的	重要性	.	-	.

然而，我们现在对这些事情的担忧，就好像它们是非常重要的事情一样。221.

['verɪli] , [wiː; wi][duː; də][nɒt][laɪk] [krɔːsɪz] [ɪf] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][nɒt][ɒv; əv][gəʊld] [ɪ'næmld] ,

Verily	,	we	do	not	like	crosses	if	they	are	not	of	gold	enamelled	,
确实	,	我们	做	不是	喜欢	十字架	如果	他们	是	不是	的	金子	珐琅	,

的确，如果不是金珐琅十字架，我们就不喜欢它们。

[ænd; ənd] [ɐd'ɔːnd] [wɪð] ['preʃəs] [stəʊnz] . - .

and	adorned	with	precious	stones	.	222	.
和	装饰	和	宝贵的	石头	.	-	.

并镶嵌有宝石。222.

[aɪ][ˌeɪ 'em][sæd][ænd; ənd] [wɪl] [nɒt] [spiːk] ; this102

I	am	sad	and	will	not	speak	;	this102
我	是	伤心	和	将要	不是	说话	;	this102

我很伤心，不想说话；this102

[ɪz] [wɒt] ['pærəts] [duː; də] .

is	what	parrots	do	.
是	什么	鹦鹉	做	.

这就是鹦鹉会做的事。

[aɪ][ˌeɪ 'em][sæd] , [bʌt; bət][aɪ] [spiːk] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] ['tʃærəti] [rɪ'kwaɪəz] [ˌaɪ 'tiː] ; [ðʌs] [duː; də]['spɪrɪtʃuəl]

I	am	sad	,	but	I	speak	because	charity	requires	it	;	thus	do	spiritual
我	是	伤心	,	但	我	说话	因为	慈善机构	需要	它	;	因此	做	精神

[pˈɜːsənz] .

persons	.
人	.

我很悲伤，但我还是要说，因为爱需要我这样做；有灵性的人也是如此。

[aɪ][ˌeɪ 'em] [dɪ'spaɪzd] [ænd; ənd][aɪ][get]['æŋgri] ; ['piːˌkɔks] [ænd; ənd] ['mʌŋkiz] [ækt] [ðʌs] .

I	am	despised	and	I	get	angry	;	peacocks	and	monkeys	act	thus	.
我	是	被鄙视的	和	我	得到	生气的	;	孔雀	和	猴子	行为	因此	.

我被人鄙视，我感到愤怒；孔雀和猴子也是如此。

[aɪ][ˌeɪ 'em] [dɪ'spaɪzd] [ænd; ənd][aɪ][rɪ'dʒɔɪs] ; [ðʌs] [dɪd][ðə; ði] [ə'pɔsəlz] . - .

I	am	despised	and	I	rejoice	;	thus	did	the	Apostles	.	223	.
我	是	被鄙视的	和	我	麾	;	因此	做过	这	使徒们	.	-	.

我被藐视，但我欢喜；使徒们也是如此。223.

[ɪg'zæmɪn] ['weðə(r)] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [pliːz] [gɒd] ? — [juː; jʊ][mʌst; məst][nɒt][duː; də][ˌaɪ 'tiː] ; — [bʌt; bət]

Examine	whether	your	heart	pleases	God	?	—	you	must	not	do	it	;	—	but
检查	无论	你的	心	请	上帝	?	—	你	必须	不是	做	它	;	—	但

['weðə(r)] [hɪz; ɪz] [pliːz] [juː; jʊ] ?

whether	his	pleases	you	?
无论	他的	请	你	?

省察你的心是否讨神的喜悦？——你不可这样做；——但你的心是否讨神的喜悦？

[jes] , ['truːli] , [fɔː(r); fə(r)] [ɪf] [juː; jʊ] [lʊk] [æt; ət][hɪz; ɪz] [hɑːt] , [ˌaɪ 'tiː] ['kænɒt]

yes	,	truly	,	for	if	you	look	at	his	Heart	,	it	cannot
是的	,	真的	,	为了	如果	你	看	在	他的	心	,	它	不能

是的，的确如此，因为如果你仔细观察他的内心，你会发现它无法.....

[bʌt; bət] [pliːz] [juː; jʊ] , [ˌaɪ ˈtiː][ɪz][səʊ] [swiːt] , [səʊ] [ˌkɒndɪˈsendɪŋ] ,

but	please	you	,	it	is	so	sweet	,	so	condescending	,
但	请	你	,	它	是	所以	甜的	,	所以	居高临下的	,

但请你高兴，这真是太甜美、太居高临下了。

[səʊ] [ˈlʌvɪŋ] [təˈwɔːdz] [freɪl] [ˈkriːtʃəz] [wen] [ðeɪ] [ˈrekəgnaɪz] [ðeə(r)] [ˈmɪzəri] , [səʊ][ˈmɜːsɪf(ə)l][tuː; tə]

so	loving	towards	frail	creatures	when	they	recognise	their	misery	,	so	merciful	to
所以	爱	向	脆弱	生物	什么时候	他们	认出	他们的	苦难	,	所以	仁慈	到

[ðə; ði] [ˈmɪzrəbl] ,

the	miserable	,
这	悲惨的	,

当它们意识到弱小生灵的痛苦时，它们是如此慈爱；当它们体恤受苦之人时，它们是如此仁慈。

[səʊ][kaɪnd][tuː; tə][ðə; ði] [ˈpenɪtənt] . . . . - .

so	kind	to	the	penitent	.	.	.	.	103224	.
所以	种类	到	这	忏悔者	.	.	.	.	-	.

对忏悔者如此仁慈.....103224。

[biː; bi][dʒʌst] ; [ˈnaɪðə(r)][ɪkˈskjuːs][nɔː(r)] [əˈkjuːz] [jɔː(r); jə(r)][pɔː(r); pʊə(r)] [səʊl] [wɪˈðaʊt] [djuː] [rɪˈflekʃ(ə)n] ,

Be	just	;	neither	excuse	nor	accuse	your	poor	soul	without	due	reflection	,
是	只是	;	两者都不	原谅	也不	控	你的	贫穷的	灵魂	没有	到期的	反射	,

要公正；不要在没有经过深思熟虑的情况下为你的可怜灵魂开脱或指责。

[lest] [baɪ][ɪkˈskjuːzɪŋ][ˌaɪ ˈtiː] [wɪˈðaʊt] [ˈriːz(ə)n] [juː; jʊ]['rendə(r)][ˌaɪ ˈtiː] ['ɪnsələnt] ,

lest	by	excusing	it	without	reason	you	render	it	insolent	,
免得	经过	借口	它	没有	原因	你	使成为	它	傲慢的	,

免得你无故原谅它，使它显得傲慢无礼。

[ɔː(r)][baɪ] ['laɪtli] [əˈkjuːzɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː][juː; jʊ] ['wiːkən] [ɪts] ['kʌrɪdʒ] [ænd; ənd] [meɪk] [ˌaɪ ˈtiː] [ˌpjuːsɪˈlænɪməs] .

or	by	lightly	accusing	it	you	weaken	its	courage	and	make	it	pusillanimous	.
或者	经过	轻轻	指控	它	你	削弱	它是	勇气	和	制作	它	胆小的	.

-	.
225	.
-	.

或者，通过轻微的指责，削弱了它的勇气，使它变得胆怯。225.

[haʊ] ['meni] ['kɔːtiːəz] [ðeə(r)][ɑː(r); ə(r)] [huː] [gəʊ]['ɪntuː][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv][ðə; ði] [kɪŋ] [ə; eɪ]

How	many	courtiers	there	are	who	go	into	the	presence	of	the	king	a
如何	许多	朝臣	那里	是	WHO	去	进入	这	在场	的	这	国王	一个

['hʌndrəd] [taɪmz] ,

hundred	times	,
百	时代	,

有多少朝臣能觐见国王一百次?

[nɒt][tuː; tə] [spiːk] [tuː; tə][hɪm][ɔː(r)]['lɪs(ə)n][tuː; tə][hɪm] , [bʌt; bət] ['mɪəli] [tuː; tə][biː; bi] [siːn] [baɪ][hɪm] ,

not	to	speak	to	him	or	listen	to	him	,	but	merely	to	be	seen	by	him	,
不是	到	说话	到	他	或者	听	到	他	,	但	仅仅	到	是	已见	经过	他	,

不要和他说话，也不要听他说话，仅仅要让他看见。

[ænd; ənd][tuː; tə] [ʃəʊ] [baɪ] [ðɪs] [ˌæsɪˈdjuːəti] [ðæt] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)][hɪz; ɪz] ['sɜːvənts] .

and	to	show	by	this	assiduity	that	they	are	his	servants	.
和	到	展示	经过	这	勤奋	那	他们	是	他的	仆人	.

并以这种勤勉表明他们是他的仆人。

[wen] , [ðen] , [juː; jʊ] [kʌm] ['ɪntuː][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] , [spiːk] [tuː; tə][hɪm] [ɪf] [juː; jʊ]

When	,	then	,	you	come	into	the	presence	of	our	Lord	,	speak	to	Him	if	you
什么时候	,	然后	,	你	来	进入	这	在场	的	我们的	主	,	说话	到	他	如果	你

[kæn; kən] ;

can	;
能	;

所以，当你来到主面前时，如果可以，就和祂说话吧；

[ɪf] [juː; jʊ] ['kænɒt] , [rɪ'meɪn] [ænd; ənd] [ʃəʊ] yourself104

if	you	cannot	,	remain	and	show	yourself104
如果	你	不能	,	保持	和	展示	yourself104

如果不能，请留下并现身。104

[tuː; tə] [hɪm] , [ænd; ənd] [duː; də] [nɒt] [biː; bi] ['æŋkʃəs] [tuː; tə] [duː; də] ['eni] [mɔː(r)] . - .

to	Him	,	and	do	not	be	anxious	to	do	any	more	.	226	.
到	他	,	和	做	不是	是	焦虑的	到	做	任何	更多的	.	-	.

向他祈祷，不要再急于做任何事。226.

[juː; jʊ] [duː; də] ['nʌθɪŋ] [ɪn] [ˌmedɪ'teɪʃ(ə)n] , [juː; jʊ] [tel] [ˌem 'iː] .

You	do	nothing	in	meditation	,	you	tell	me	.
你	做	没有什么	在	冥想	,	你	告诉	我	.

你告诉我，你在冥想中什么也不做。

[bʌt; bət] [wɒt] [ʃʊd; ʃəd] [juː; jʊ] [duː; də] [ɪf] [nɒt] [dʒʌst] [wɒt] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] ['duːɪŋ] , [ðæt] [ɪz] ,

But	what	should	you	do	if	not	just	what	you	are	doing	,	that	is	,
但	什么	应该	你	做	如果	不是	只是	什么	你	是	正在做	,	那	是	,

但是，如果不是继续做你现在正在做的事情，那你应该做什么呢?

[prɪ'zentɪŋ] [ænd; ənd] [ˌreprɪ'zentɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] ['mɪzəri] [ænd; ənd] ['nʌθɪŋnəs] [tuː; tə] [gɒd] ?

presenting	and	representing	your	misery	and	nothingness	to	God	?
呈现	和	代表	你的	苦难	和	虚无	到	上帝	?

向神倾诉你的痛苦和虚无?

[ðə; ðɪ] [məʊst] [ˌefɪ'keɪʃəs] [ə'piːl] [ə; eɪ] ['begə(r)] [kæn; kən] [meɪk] [ɪz] [tuː; tə] [ɪk'spəʊz] [tuː; tə] ['aʊə(r)] [aɪz]

The	most	efficacious	appeal	a	beggar	can	make	is	to	expose	to	our	eyes
这	最多	有效的	上诉	一个	乞丐	能	制作	是	到	暴露	到	我们的	眼睛

[hɪz; ɪz] ['ʌlsər] [ænd; ənd] [nə'sesəti] . - .

his	ulcers	and	necessities	.	227	.
他的	溃疡	和	必需品	.	-	.

乞丐最有效的求助方式就是向我们展示他的溃疡和生活必需品。227.

[bʌt; bət] ['sʌmtaɪmz] [juː; jʊ] [duː; də] [nɒt] ['iːv(ə)n] [duː; də] [ðɪs] ,

But	sometimes	you	do	not	even	do	this	,
但	有时	你	做	不是	甚至	做	这	,

但有时你甚至连这都不做。

[ænd; ənd] [juː; jʊ] [rɪ'meɪn] [bɪ'fɔː(r)] [hɪm] [laɪk] [ə; eɪ] ['fæntəm] [ɔː(r)] ['stætʃuː] .

and	you	remain	before	Him	like	a	phantom	or	statue	.
和	你	保持	前	他	喜欢	一个	幻影	或者	雕像	.

你如同幽灵或雕像般伫立在他面前。

[wel] , [ðæt] is105

Well	,	that	is105
出色地	,	那	is105

嗯，那是105

['sʌmθɪŋ] .

something	.
某物	.

某物。

[ɪn] [ðə; ði] ['pæləs] [ɒv; əv] ['prɪnsɪz] [ænd; ənd] [kɪŋz] [ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [s'tætʃuːz] [wɪtʃ] [ɑː(r); ə(r)] ['əʊnli]

In	the	palaces	of	princes	and	kings	there	are	statues	which	are	only
在	这	宫殿	的	王子们	和	国王	那里	是	雕像	哪个	是	仅有的

[ment] [tuː; tə] ['grætɪfaɪ] [ðə; ði] [aɪz] [ɒv; əv] [ðə; ði] [kɪŋ] ;

meant	to	gratify	the	eyes	of	the	king	;
意思是	到	满足	这	眼睛	的	这	国王	;

在王子和国王的宫殿里，有一些雕像仅仅是为了取悦国王的双眼；

['kɒntent] [jɔː'self] [wɪð] [ə; eɪ]['sɪmələ(r)] ['sɜːvɪs] [ɪn][ðə; ði]['prez(ə)ns][ɒv; əv][gɒd] .

content	**yourself**	**with**	**a**	**similar**	**service**	**in**	**the**	**presence**	**of**	**God**	**.**
内容	你自己	和	一个	相似的	服务	在	这	在场	的	上帝	.

在上帝面前做类似的礼拜就足够了。

[hiː; hi] [wɪl] ['ænɪmeɪt][ðə; ði]['stætʃuː] [wen] [ˌaɪ 'tiː] [pliːz] [hɪm] .

He	**will**	**animate**	**the**	**statue**	**when**	**it**	**pleases**	**Him**	**.**
他	将要	动画	这	雕像	什么时候	它	请	他	.

祂会在祂高兴的时候赋予雕像生命。

[wɜː(r); wə(r)][wiː; wi][tuː; tə][ɑːsk][ðə; ði]['stætʃuː] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː][dɪ'zaɪəd] ['eniθɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] ['ɑːnsə(r)] ,

Were	**we**	**to**	**ask**	**the**	**statue**	**if**	**it**	**desired**	**anything**	**it**	**would**	**answer**	**,**
是	我们	到	问	这	雕像	如果	它	想要的	任何事物	它	会	回答	,

如果我们问雕像它有什么愿望，它会回答：

“ [nəʊ] ; [ai][ˌeɪ 'em] [weə(r)] [maɪ]['mɑːstə(r)] [pleɪst] [ˌem 'iː] ,

“	**No**	**;**	**I**	**am**	**where**	**my**	**master**	**placed**	**me**	**,**
“	不	;	我	是	在哪里	我的	掌握	放置	我	,

“不，我只是待在我的主人安排我的地方，

[ænd; ənd][hɪz; ɪz] ['pleʒə(r)] [ɪz][ðə; ði][səʊl] ['hæpinəs] [ɒv; əv][maɪ] ['biːɪŋ] . ” - .

and	**his**	**pleasure**	**is**	**the**	**sole**	**happiness**	**of**	**my**	**being**	**.**	**”**	**228**	**.**
和	他的	乐趣	是	这	唯一	幸福	的	我的	存在	.	”	-	.

他的快乐就是我存在的唯一幸福。”228.

[ɑː] !

Ah	**!**
啊	!

啊!

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [gʊd] [preə(r)] ,

but	**it**	**is**	**a**	**good**	**prayer**	**,**
但	它	是	一个	好的	祷告	,

但这是一篇很好的祷告文。

[ænd; ənd][ə; eɪ] [gʊd] ['meθəd] [ɒv; əv] ['kiːpɪŋ] [wʌnz] [self][ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv][gɒd] ,

and	**a**	**good**	**method**	**of**	**keeping**	**one's**	**self**	**in**	**the**	**presence**	**of**	**God**	**,**
和	一个	好的	方法	的	保持	一个人的	自己	在	这	在场	的	上帝	,

以及保持与神同在的好方法，

[tuː; tə][weɪt][ə'pɒn][hɪz; ɪz][wɪl] [ænd; ənd] [gʊd] ['pleʒə(r)] . - .

to	**wait**	**upon**	**his**	**will**	**and**	**good**	**pleasure**	**.**	**106229**	**.**
到	等待	之上	他的	将要	和	好的	乐趣	.	-	.

听候他的旨意和喜悦。106229。

[æz; əz][fɔː(r); fə(r)][ˌem 'iː] ,

As	**for**	**me**	**,**
作为	为了	我	,

至于我，

[ai] [θɪŋk] [ðæt] [wiː; wi] [kiːp] [ɑː'selvz] [ɪn][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv] [gɒd] ['iːv(ə)n] [waɪl] [wiː; wi] [sliːp] ,

I	**think**	**that**	**we**	**keep**	**ourselves**	**in**	**the**	**presence**	**of**	**God**	**even**	**while**	**we**	**sleep**	**,**
我	思考	那	我们	保持	我们自己	在	这	在场	的	上帝	甚至	尽管	我们	睡觉	,

我认为即使在我们睡觉的时候，我们也始终与上帝同在。

[fɔː(r); fə(r)][wiː; wi][gəʊ][tuː; tə] [sliːp] [ɪn][hɪz; ɪz] ['prez(ə)ns] [ænd; ənd][baɪ][hɪz; ɪz] [wɪl] .

for	**we**	**go**	**to**	**sleep**	**in**	**his**	**presence**	**and**	**by**	**his**	**will**	**.**
为了	我们	去	到	睡觉	在	他的	在场	和	经过	他的	将要	.

因为我们是在祂的陪伴下，按照祂的旨意入睡的。

[ænd; ənd] [wen] [wiː; wi] [weɪk] [wiː; wi][faɪnd] [ðæt] [hiː; hi][ɪz] [bɪ'saɪd] [ˌjuː 'es] ,

And	**when**	**we**	**wake**	**we**	**find**	**that**	**He**	**is**	**beside**	**us**	**,**
和	什么时候	我们	唤醒	我们	寻找	那	他	是	旁	我们	,

当我们醒来时，会发现祂就在我们身边。

[ðæt] [hiː; hi][hæz; həz][nɒt] [stɜːd] [frɒm; frəm][ˌjuː 'es] , [nɔː(r)][wiː; wi][frɒm; frəm][hɪm] ;

that	He	has	not	stirred	from	us	,	nor	we	from	Him	;
那	他	有	不是	搅拌	从	我们	,	也不	我们	从	他	;

祂没有离开我们，我们也没有离开祂；

['ðeəfɔː(r)] [wiː; wi][hæv; həv][kept] [ɑː'selvz] [ɪn][hɪz; ɪz]['prez(ə)ns] , [ðəʊ] [wɪð] [kləʊzd] [aɪz] . - .

therefore	we	have	kept	ourselves	in	his	presence	,	though	with	closed	eyes	.	230	.
所以	我们	有	保留	我们自己	在	他的	在场	,	尽管	和	关闭	眼睛	.	-	.

因此，我们虽然闭着眼睛，却仍然待在他身边。230.

[wen] [ə; eɪ]['sɜːt(ə)n] [krɒs] [ɪz]['gɪv(ə)n][tuː; tə][juː; jʊ][ə'ləʊn][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɒv; əv][mɔː(r)]['vælјuː] ,

When	a	certain	cross	is	given	to	you	alone	it	is	of	more	value	,
什么时候	一个	肯定	叉	是	给定	到	你	独自的	它	是	的	更多的	价值	,

如果某件十字架是专门赐予你的，它的价值就更高。

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] ['dɪrər] [tuː; tə][juː; jʊ][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv][ɪts]['reərəti] . - .

and	it	should	be	dearer	to	you	because	of	its	rarity	.	107231	.
和	它	应该	是	更贵	到	你	因为	的	它是	稀有性	.	-	.

因为它的稀有性，所以对你来说应该更加珍贵。107231。

[gɒd][biː; bi] [preɪzd] !

God	be	praised	!
上帝	是	赞扬	!

感谢上帝!

[gɒd][ɔː(r)] ['nʌθɪŋ] ; [fɔː(r); fə(r)][ɔːl] [ðæt] [ɪz][nɒt][gɒd][ɪz] ['nʌθɪŋ] , [ɔː(r)] [wɜːs] [ðæn; ðən] ['nʌθɪŋ] . -

God	or	nothing	;	for	all	that	is	not	God	is	nothing	,	or	worse	than	nothing	.	232	.	:	.
上帝	或者	没有什么	;	为了	全部	那	是	不是	上帝	是	没有什么	,	或者	更糟	比	没有什么	.	-	.		

神或虚无；因为凡不是神的，都是虚无，或者比虚无更糟。232.

[duː; də][nɒt] [tɜːn] [jɔː(r); jə(r)] [aɪz] [ɒn][jɔː(r); jə(r)] [ɪn'fəːməti] [ænd; ənd][ˌɪnkə'pæsəti] , [ɪk'sept] [tuː; tə]

Do	not	turn	your	eyes	on	your	infirmities	and	incapacity	,	except	to
做	不是	转动	你的	眼睛	在	你的	弱点	和	无能力	,	除了	到

['hʌmb(ə)l] [jɔː'self] ;

humble	yourself	;
谦逊的	你自己	;

不要过分关注自己的弱点和不足，除非是为了谦卑自己；

['nevə(r)][let][ðem; ðəm] [dɪs'kʌrɪdʒ] [juː; jʊ] . - .

never	let	them	discourage	you	.	233	.
绝不	让	他们	阻碍	你	.	-	.

永远不要让他们使你灰心丧气。233.

['faɪnəli] , [duː; də][nɒt][biː; bi]['æŋgri] , [ɔː(r)][æt; ət] [liːst] ['trʌbld] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][juː; jʊ][hæv; həv] [biːn]

Finally	,	do	not	be	angry	,	or	at	least	troubled	because	you	have	been
最后	,	做	不是	是	生气的	,	或者	在	至少	麻烦	因为	你	有	到过

['trʌbld] ;

troubled	;
麻烦	;

最后，不要生气，也不要因为感到烦恼而感到烦恼；

[duː; də][nɒt][biː; bi] [ˌəʊvə'kʌm] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][juː; jʊ][hæv; həv] [ə'laʊd] [jɔː'self] [tuː; tə][biː; bi] [ˌəʊvə'kʌm] ;

do	not	be	overcome	because	you	have	allowed	yourself	to	be	overcome	;
做	不是	是	克服	因为	你	有	允许	你自己	到	是	克服	;

不要因为自己被击败而感到沮丧；

[duː; də][nɒt][biː; bi] [dɪs'kwaɪət] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz][juː; jʊ][hæv; həv] [ə'laʊd] yourself108

do	not	be	disquieted	because	you	have	allowed	yourself108
做	不是	是	不安	因为	你	有	允许	yourself108

不要因为你允许自己108而感到不安

[tuː; tə][biː; bi] [disˈkwaiət] [baɪ]['æŋgri] ['pæʃ(ə)nz] ;

to	be	disquieted	by	angry	passions	;
到	是	不安	经过	生气的	激情	;

因愤怒的情绪而心神不宁；

[bʌt; bət] [teɪk] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ænd; ənd] [pleɪs] [ˌaɪ 'tiː]['dʒentli][ɪn][ðə; ði][hændz][ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd]

but	take	your	heart	and	place	it	gently	in	the	hands	of	our	Lord
但	拿	你的	心	和	地方	它	轻轻地	在	这	双手	的	我们的	主

[ænd; ənd][ɑːsk][hɪm][tuː; tə][kjʊə(r)][ˌaɪ 'tiː] ;

and	ask	Him	to	cure	it	;
和	问	他	到	治愈	它	;

但请将你的心轻轻地放在主的手中，祈求他治愈它；

['miːnwaɪl] , [duː; də][ɔːl][juː; jʊ][kæn; kən][tuː; tə] [rɪ'njuː] [ænd; ənd] ['streŋ(k)θn] [jɔː(r); jə(r)] [gʊd]

meanwhile	,	do	all	you	can	to	renew	and	strengthen	your	good
同时	,	做	全部	你	能	到	更新	和	加强	你的	好的

[ˌrezə'lʊʃən] . - .

resolutions	.	234	.
决议	.	-	.

与此同时，尽你所能重申和加强你的良好决心。234.

[ðə; ði] [haɪɪst] [dɪ'griː] [ɒv; əv][hjuː'mɪləti][ɪz][nɒt]['əʊnli][tuː; tə] ['rekəgnaɪz] [bʌt; bət][tuː; tə] [lʌv] ['aʊə(r)]

The	highest	degree	of	humility	is	not	only	to	recognise	but	to	love	our
这	最高	程度	的	谦逊	是	不是	仅有的	到	认出	但	到	爱	我们的

[æb'dʒekʃən] .

abjection	.
落魄	.

最高程度的谦卑不仅在于认识到自身的卑微，更在于热爱自身的卑微。

[ai][ˌeɪ 'em] ['gɪlti] [ɒv; əv][ə; eɪ]['blʌndə(r)] ; [ˌaɪ 'tiː] [brɪŋz] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] [ə'pɒn][ˌem 'iː] ; [gʊd] .

I	am	guilty	of	a	blunder	;	it	brings	humiliation	upon	me	;	good	.
我	是	有罪的	的	一个	错误	;	它	带来	屈辱	之上	我	;	好的	.

我犯了个错误，这让我蒙羞，很好。

[ai][ˌeɪ 'em] ['gɪlti] [ɒv; əv] [ɪ'mɒdərət] ['æŋgə(r)] ; [ai][ˌeɪ 'em] ['sɒri] [fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] [ə'fens] [ə'genst] [gɒd]

I	am	guilty	of	immoderate	anger	;	I	am	sorry	for	the	offence	against	God
我	是	有罪的	的	过分	愤怒	;	我	是	对不起	为了	这	罪行	反对	上帝

,

;

,

我承认自己过于愤怒；我为冒犯上帝而感到抱歉。

[ænd; ənd] ['veri] [glæd] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [pruːvz] [ˌem 'iː] [vaɪl] , ['æbdʒekt] , [ænd; ənd] ['mɪzrəbl] . - .

and	very	glad	that	it	proves	me	vile	,	abject	,	and	miserable	.	235	.
和	非常	高兴的	那	它	证明	我	卑鄙的	,	卑贱	,	和	悲惨的	.	-	.

我很高兴这证明我是卑鄙的、可怜的、悲惨的。235.

[ɪf] ['envi] [kʊd; kəd] [reɪn] [ɪn][ðə; ði] kingdom109

If	envy	could	reign	in	the	kingdom109
如果	嫉妒	可以	在位	在	这	kingdom109

如果嫉妒能在王国中称霸109

[ɒv; əv][ɪ'tɜːn(ə)l] [lʌv] , [ðə; ði]['eɪndʒəls] [wʊd] ['envi] [ðə; ði] ['sʌfərɪŋz] [ɒv; əv][gɒd][fɔː(r); fə(r)][mæn] ,

of	eternal	love	,	the	angels	would	envy	the	sufferings	of	God	for	man	,
的	永恒	爱	,	这	天使	会	嫉妒	这	苦难	的	上帝	为了	男人	,

面对永恒的爱，天使们会羡慕上帝为人类所受的苦难。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['sʌfərɪŋz] [ɒv; əv][mæn][fɔː(r); fə(r)][gɒd] . - .

and	the	sufferings	of	man	for	God	.	236	.
和	这	苦难	的	男人	为了	上帝	.	-	.

以及人类为上帝所受的苦难。236.

[duː; də][nɒt][biː; bi] ['trʌbld] [ə'baʊt][nɒt] ['meɪkɪŋ] [ækts][ɒv; əv]['vɜːtʃuː] [wel] ; [fɔː(r); fə(r)] , [æz; əz][ai][təʊld]

Do	not	be	troubled	about	not	making	acts	of	virtue	well	;	for	,	as	I	told
做	不是	是	麻烦	关于	不是	制作	行为	的	美德	出色地	;	为了	,	作为	我	讲述

[juː; jʊ] ,

you	,
你	,

不要因为没有做好善行而感到困扰；因为，正如我告诉过你们的，

[ðeɪ] [duː; də][nɒt] [siːs] [tuː; tə][biː; bi] ['veri] [gʊd] ,

they	do	not	cease	to	be	very	good	,
他们	做	不是	停止	到	是	非常	好的	,

它们依然非常优秀，

['iːv(ə)n] [wen] [meɪd] ['læŋgwɪdli][ænd; ənd] ['wɪərəli] [æz; əz] [ɪf] [baɪ] [fɔːs] .

even	when	made	languidly	and	wearily	as	if	by	force	.
甚至	什么时候	制成	懒洋洋地	和	疲劳	作为	如果	经过	力量	.

即使是懒散疲惫地做出来，仿佛是被强迫的。

[juː; jʊ][kæn; kən]['əʊnli] [gɪv] [gɒd] [wɒt] [juː; jʊ][hæv; həv] ,

You	can	only	give	God	what	you	have	,
你	能	仅有的	给	上帝	什么	你	有	,

你只能把你所拥有的献给上帝。

[ænd; ənd][ɪn] [ðɪs] ['siːz(ə)n][ɒv; əv] [ə'flɪkʃ(ə)n] [juː; jʊ][hæv; həv][nəʊ]['ʌðə(r)]['ækʃ(ə)n][tuː; tə]['ɒfə(r)] [hɪm] . -

and	in	this	season	of	affliction	you	have	no	other	action	to	offer	Him	.	237
和	在	这	季节	的	痛苦	你	有	不	其他	行动	到	提供	他	.	-

.

:

.

在这苦难的季节里，你没有其他办法可以向他献上。237.

[juː; jʊ] [wɪl] [biː; bi] ['veri] ['hæpi] [ɪf] [juː; jʊ] [rɪ'siːv] [wɪð] [ə; eɪ]['fɪliəl][ænd; ənd] ['lʌvɪŋ] heart110

You	will	be	very	happy	if	you	receive	with	a	filial	and	loving	heart110
你	将要	是	非常	快乐的	如果	你	收到	和	一个	孝	和	爱	heart110

如果你以孝顺慈爱的心接受，你一定会非常高兴。

[wɒt] ['aʊə(r)] [lɔːd] [sendz] [juː; jʊ][frɒm; frəm][ə; eɪ] [hɑːt] [səʊ] [pə'tɜːnl] [ɪn][ɪts][keə(r)][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)]

what	our	Lord	sends	you	from	a	heart	so	paternal	in	its	care	of	your
什么	我们的	主	发送	你	从	一个	心	所以	父系	在	它是	关心	的	你的

[pə'fekʃ(ə)n] . - .

perfection	.	238	.
完美	.	-	.

主赐予你的，是祂慈父般关爱你、追求完美的心意。238.

[ai] [wɪl] [nɒt] [tel] [juː; jʊ][nɒt][tuː; tə] [rɪ'gɑːd] [jɔː(r); jə(r)] [ə'flikʃən] , [fɔː(r); fə(r)][jɔː(r); jə(r)] [ɪm'pʌlsɪv] [hɑːt]

I	will	not	tell	you	not	to	regard	your	afflictions	,	for	your	impulsive	heart
我	将要	不是	告诉	你	不是	到	看待	你的	苦难	,	为了	你的	冲动	心

[wɪl] ['ɑːnsə(r)] ,

will	answer	,
将要	回答	,

我不会劝你不要在意你的苦难，因为你冲动的心会做出回应。

“ [ai] ['kænɒt] [bʌt; bət][kən'sɪdə(r)][ðem; ðəm] , [ðeɪ] [meɪk] [ðəm'selvz] [səʊ] ['kiːnli] [felt] ;

“	I	cannot	but	consider	them	,	they	make	themselves	so	keenly	felt	;
“	我	不能	但	考虑	他们	,	他们	制作	他们自己	所以	敏锐地	毛毡	;

"我无法不去思考它们，它们让我感触如此深刻；

” [bʌt; bət][ai] [tel] [juː; jʊ][tuː; tə] [lʊk] [æt; ət][ðem; ðəm] [θruː] [ðə; ði] [krɒs] ,

”	but	I	tell	you	to	look	at	them	through	the	cross	,
”	但	我	告诉	你	到	看	在	他们	通过	这	叉	,

但我告诉你们要透过十字架来看待他们，

[ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd][ðem; ðəm][səʊ] [smɔːl] , [ɔː(r)][æt; ət] [liːst] [səʊ] [əˈgriːəb(ə)l] ,
and **you** **will** **find** **them** **so** **small** **,** **or** **at** **least** **so** **agreeable** **,**
和 你 将要 寻找 他们 所以 小的 , 或者 在 至少 所以 同意 ,

你会发现它们非常小巧，或者至少非常讨人喜欢。

[ðæt] [juː; jʊ] [wɪl] [ˈrɑːðə(r)][ɪnˈdjʊə(r)][ðeə(r)] [ˈsʌfərɪŋ] [ðæn; ðən][ɔːl] [ˌkɔnsəˈleiʃən] [wɪˈðaʊt] [ðem; ðəm] .
that **you** **will** **rather** **endure** **their** **suffering** **than** **all** **consolations** **without** **them** **.**
那 你 将要 相当 忍受 他们的 痛苦 比 全部 安慰 没有 他们 .
- .
239 **.**
- .

你宁愿忍受他们的痛苦，也不愿在没有他们的情况下获得任何安慰。239.

[raɪt] [ˈsædnəs] [spiːks] [ðʌs] : “ [ai] am111
Right **sadness** **speaks** **thus** **:** **“** **I** **am111**
正确的 悲伤 说话 因此 : “ 我 am111

正确的悲伤如此诉说：“我是111

[ˈmɪzrəbl] , [vaɪl] , [ænd; ənd][ˈæbdʒekt] ; [ˌnevəðəˈles] [gɒd] [wɪl] [ˈeksəsaɪz][hɪz; ɪz] [ˈmɜːsi] [təˈwɔːdz] [ˌem ˈiː]
miserable **,** **vile** **,** **and** **abject** **;** **nevertheless** **God** **will** **exercise** **his** **mercy** **towards** **me**
悲惨的 , 卑鄙的 , 和 卑贱 ; 尽管如此 上帝 将要 锻炼 他的 怜悯 向 我
,
,
,

我卑微、可怜、屈辱；然而，上帝仍会怜悯我。

[fɔː(r); fə(r)][ˈvɜːtʃuː] [wɪl] [biː; bi] [pəˈfektɪd] [ɪn] [ɪnˈfɜːməti] . ” - .
for **virtue** **will** **be** **perfected** **in** **infirmity** **.** **”** **240** **.**
为了 美德 将要 是 完善 在 虚弱 . ” - .

因为美德将在软弱中得以完善。”240.

[wen] [ˈaʊə(r)] [lɔːd] [wɒz; wəz][əˈpɒn][ðə; ði] [krɒs] [ˈiːv(ə)n][hɪz; ɪz] [ˈenəmɪz] [dɪˈkleəd] [hɪm] [kɪŋ] ;
When **our** **Lord** **was** **upon** **the** **cross** **even** **his** **enemies** **declared** **Him** **King** **;**
什么时候 我们的 主 曾是 之上 这 叉 甚至 他的 敌人 声明 他 国王 ;

当我们的主被钉在十字架上时，连他的敌人都宣称他是王；

[wen] [səʊlz] [ɑː(r); ə(r)][əˈpɒn][ðə; ði] [krɒs] [ðeɪ] [ɑː(r); ə(r)] [dɪˈkleəd] [kwiːnz] . - .
when **souls** **are** **upon** **the** **cross** **they** **are** **declared** **queens** **.** **241** **.**
什么时候 灵魂 是 之上 这 叉 他们 是 声明 女王们 . - .

当灵魂被钉在十字架上时，它们就被宣布为女王。241.

[ɑː] ! [duː; də][nɒt] [ɪgˈzæmɪn] [ˈweðə(r)] [wɒt] [juː; jʊ][duː; də][ɪz] [mʌtʃ] [ɔː(r)]['lɪt(ə)l] ,
Ah **!** **do** **not** **examine** **whether** **what** **you** **do** **is** **much** **or** **little** **,**
啊 ! 做 不是 检查 无论 什么 你 做 是 很多 或者 小的 ,

啊！不要纠结于你做的事情是多还是少。

[ˈweðə(r)] [ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [dʌn] [wel] [ɔː(r)] [ɪl] , [prəˈvaɪdɪd][ˌaɪ ˈtiː][biː; bi][nɒt][sɪn] ,
whether **it** **is** **done** **well** **or** **ill** **,** **provided** **it** **be** **not** **sin** **,**
无论 它 是 完毕 出色地 或者 患病的 , 假如 它 是 不是 罪 ,

无论做得好还是不好，只要不是犯罪，

[ænd; ənd][prəˈvaɪdɪd][juː; jʊ][hæv; həv][æn; ən] [ˈʌpraɪt] [ɪnˈtenʃ(ə)n][tuː; tə][duː; də][ˌaɪ ˈtiː][fɔː(r); fə(r)][gɒd] .
and **provided** **you** **have** **an** **upright** **intention** **to** **do** **it** **for** **God** **.**
和 假如 你 有 一个 直立 意图 到 做 它 为了 上帝 .

只要你出于为上帝服务的正当目的去做这件事。

Do112
Do112
Do112

['evriθɪŋ] [æz; əz] ['pɜːfɪktli] [æz; əz][juː; jʊ][kæn; kən] ; [bʌt; bət] , [wʌns][æn; ən]['ækʃ(ə)n][ɪz] [pə'fɔːmd] ,
everything **as** **perfectly** **as** **you** **can** **;** **but** **,** **once** **an** **action** **is** **performed** **,**
一切 作为 完美 作为 你 能 ; 但 , 一次 一个 行动 是 执行 ,
[θɪŋk] [nəʊ][mɔː(r)][ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] ,
think **no** **more** **of** **it** **,**
思考 不 更多的 的 它 ,

尽你所能做到完美；但是，一旦行动完成，就不要再想它了。

[bʌt; bət]['rɑːðə(r)][ɒv; əv] [wɒt] [ðeə(r)][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [dʌn] . - .
but **rather** **of** **what** **there** **is** **to** **be** **done** **.** **242** **.**
但 相当 的 什么 那里 是 到 是 完毕 . - .

而是要做的事情。242.

[wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] ['iːkwəli] [rɪ'zɒlv] [ə'pɒn] [tuː] [θɪŋz] : [fɜːst] ,
We **should** **equally** **resolve** **upon** **two** **things** **:** **first** **,**
我们 应该 同样地 解决 之上 二 事物 : 第一的 ,

我们应该同样重视两件事：第一，

[tuː; tə] [brɪŋ] [ðə; ði]['ʌtməʊst][fɪ'deləti][tuː; tə][ðə; ði] [fʊl'fɪlmənt] [ɒv; əv]['aʊə(r)]['eksəsaɪzɪz] ; ['sekənd] ,
to **bring** **the** **utmost** **fidelity** **to** **the** **fulfilment** **of** **our** **exercises** **;** **second** **,**
到 带来 这 极致 忠诚 到 这 履行 的 我们的 练习 ; 第二 ,

第二，要尽最大努力忠实地完成我们的各项训练；

[tuː; tə][biː; bi][ɪn][nəʊ] [weɪ] ['trʌbld] , [dis'kwaiət] , [ɔː(r)] [ə'stɒnɪʃt] [ɪf] [wiː; wi] ['sʌmtaɪmz] [feɪl] ;
to **be** **in** **no** **way** **troubled** **,** **disquieted** **,** **or** **astonished** **if** **we** **sometimes** **fail** **;**
到 是 在 不 方式 麻烦 , 不安 , 或者 惊讶 如果 我们 有时 失败 ;

即使我们偶尔失败，也不要感到困扰、不安或惊讶；

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][fɜːst] ['kɒmz] [frɒm; frəm]['aʊə(r)][fɪ'deləti] , [wɪtʃ] [ʃʊd; ʃəd]['ɔːlweɪz][biː; bi] ['ɜːnɪst]
for **the** **first** **comes** **from** **our** **fidelity** **,** **which** **should** **always** **be** **earnest**
为了 这 第一的 来 从 我们的 忠诚 , 哪个 应该 总是 是 认真
[ænd; ənd] ['kɒnstəntli] [ɪn'kriːsɪŋ] ,
and **constantly** **increasing** **,**
和 不断地 增加 ,

首先，忠诚源于我们的忠诚，这种忠诚应当始终真诚，并且不断增强。

[ænd; ənd][ðə; ði]['lætə(r)] ['kɒmz] [frɒm; frəm]['aʊə(r)][ɪn'fɜːməti] . - .
and **the** **latter** **comes** **from** **our** **infirmity** **.** **243** **.**
和 这 后者 来 从 我们的 虚弱 . - .

后者源于我们的弱点。243.

[wiː; wi][mʌst; məst] , [ðen] , [kə'rekt] ['aʊə(r)] poor113
We **must** **,** **then** **,** **correct** **our** **poor113**
我们 必须 , 然后 , 正确的 我们的 poor113

因此，我们必须纠正我们糟糕的113

[hɑːt] ['dʒentli][ænd; ənd]['kwaɪətli] , [ænd; ənd][nɒt][ˌeɪ diː 'diː][tuː; tə][ɪts] ['trʌb(ə)l] [baɪ][ðə; ði] [sɪ'verəti] [ɒv; əv]
heart **gently** **and** **quietly** **,** **and** **not** **add** **to** **its** **trouble** **by** **the** **severity** **of**
心 轻轻地 和 悄悄 , 和 不是 添加 到 它是 麻烦 经过 这 严重性 的
['aʊə(r)]['reprimɑːnd, repri'm-, -mænd, -'mænd] .
our **reprimands** **.**
我们的 训斥 .

温柔而平静地抚慰它的心灵，不要因我们严厉的责备而加重它的痛苦。

“ [maɪ] [hɑːt] , [maɪ] [frend] , ” [wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [seɪ] , “ [ɪn][ðə; ði] [neɪm] [ɒv; əv][gɒd] ,
“ **My** **heart** **,** **my** **friend** **,** **”** **we** **should** **say** **,** **“** **in** **the** **name** **of** **God** **,**
“ 我的 心 , 我的 朋友 , ” 我们 应该 说 , “ 在 这 姓名 的 上帝 ,

“我的心啊，我的朋友，”我们应该这样说，“奉上帝之名，

[teɪk] ['kʌrɪdʒ] ; [let][ˌjuː 'es] [kiːp] [ɒn][ænd; ənd][biː; bi][mɔː(r)] ['wɒtʃfl] [ɪn]['fjuːtʃə(r)] ;
take **courage** **;** **let** **us** **keep** **on** **and** **be** **more** **watchful** **in** **future** **;**
拿 勇气 ; 让 我们 保持 在 和 是 更多的 警惕 在 未来 ;

鼓起勇气；让我们继续前进，今后更加警惕；

[let] [ˌjuː 'es] [tɜːn] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['helpə(r)] [ænd; ənd] ['aʊə(r)] [gɒd] .

let	us	turn	to	our	Helper	and	our	God	.
让	我们	转动	到	我们的	帮手	和	我们的	上帝	.

让我们转向我们的帮助者和我们的神。

” [ə'læs] !

”	Alas	!
”	唉	!

“唉！

[wiː; wi] [mʌst; məst] [biː; bi] ['tʃærətəbl] [tuː; tə] ['aʊə(r)] [pɔː(r); pʊə(r)] [səʊl] ,

we	must	be	charitable	to	our	poor	soul	,
我们	必须	是	慈善	到	我们的	贫穷的	灵魂	,

我们必须善待我们可怜的灵魂，

[ænd; ənd] [rɪ'freɪn] [frɒm; frəm] [sɪ'verəti] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz] [wiː; wi] [siː] [ðæt] [ɪts] [ə'fensɪz] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt]

and	refrain	from	severity	as	long	as	we	see	that	its	offences	are	not
和	避免	从	严重性	作为	长的	作为	我们	看	那	它是	罪行	是	不是

[dɪ'lɪbərət] . - .

deliberate	.	244	.
商榷	.	-	.

只要我们看到其违法行为并非故意，就不应严厉处罚。244.

['ləʊdstəʊn] [ə'trækt] ['aɪən] , ['æmbə(r)] [ə'trækt] [heɪ] [ænd; ənd] [strɔː] ; [wɜː(r); wə(r)] [wiː; wi] [hɑːd] [æz; əz]

Loadstone	attracts	iron	,	amber	attracts	hay	and	straw	;	were	we	hard	as
磁石	吸引	铁	,	琥珀色	吸引	干草	和	稻草	;	是	我们	难的	作为

['aɪən] ,

iron	,
铁	,

磁石吸引铁，琥珀吸引干草和稻草；如果我们像铁一样坚硬，

[ɔː(r)] [laɪt] [æz; əz] [strɔːz] , [wiː; wi] [mʌst; məst] [juˈnaɪt] [ɑː'selvz] [tuː; tə] [ðɪs] ['spʊvrɪn] ['ɪnfənt] ['dʒiːzəs] ,

or	light	as	straws	,	we	must	unite	ourselves	to	this	Sovereign	Infant	Jesus	,
或者	光	作为	吸管	,	我们	必须	团结	我们自己	到	这	主权	婴儿	耶稣	,

即便我们轻如鸿毛，也必须与这位至高无上的婴孩耶稣合而为一。

[huː] ['truːli] [drɔːz] [ɔːl] [hɑːts] [tuː; tə] [hɪm] . - .

who	truly	draws	all	hearts	to	Him	.	114245	.
WHO	真的	平局	全部	心	到	他	.	-	.

祂真正吸引所有人的心。114245。

[ðə; ði] [best] [θɔːts] , [ə'fekʃən] , [ænd; ənd] [ˌæspəɹ'eɪʃənz] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [greɪt] [səʊl] [ɑː(r); ə(r)] [fɪkst]

The	best	thoughts	,	affections	,	and	aspirations	of	a	great	soul	are	fixed
这	最好的	想法	,	情感	,	和	抱负	的	一个	伟大的	灵魂	是	固定的

[ə'pɒn] [ðə; ði] [ɪn'fɪnɪˌtjuːd] [ɒv; əv] [ɪ'tɜːnəti] ;

upon	the	infinitude	of	eternity	;
之上	这	无穷大	的	永恒	;

伟大灵魂最美好的思想、情感和抱负都集中于永恒的无限性；

['destɪnd] [æz; əz] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [səʊl] [ɪz] [fɔː(r); fə(r)] [ˌɪmɔː'tæləti] , [ˌaɪ 'tiː] [faɪndz] [ɔːl] [ðæt] [ɪz] [nɒt] [ɪ'tɜːn(ə)l] [tuː]

destined	as	such	a	soul	is	for	immortality	,	it	finds	all	that	is	not	eternal	too
注定	作为	这样的	一个	灵魂	是	为了	不朽	,	它	发现	全部	那	是	不是	永恒	也

[ʃɔːt] ,

short	,
短的	,

这样的灵魂注定要获得永生，它觉得所有非永恒的事物都太过短暂。

[ɔːl] [ðæt] [ɪz] [nɒt] ['ɪnfɪnət] [tuː] [smɔːl] . - .

all	that	is	not	infinite	too	small	.	246	.
全部	那	是	不是	无限	也	小的	.	-	.

所有非无限的东西都太小了。246.

[jes] , [spiːk] ['lɪt(ə)l] , [ænd; ənd]['dʒentli] , ['lɪt(ə)l][ænd; ənd] [wel] , ['lɪt(ə)l][ænd; ənd] ['fræŋkli] , ['lɪt(ə)l]

Yes	,	speak	little	,	and	gently	,	little	and	well	,	little	and	frankly	,	little
是的	,	说话	小的	,	和	轻轻地	,	小的	和	出色地	,	小的	和	坦率地说	,	小的

[ænd; ənd]['eɪmiəbli] . - .

and	amiably	.	247	.
和	友好地	.	-	.

是的，少说话，轻声细语，少说话，好好说话，少说话，坦率地说，少说话，和蔼地说。247.

[əʊ][maɪ][gɒd] , [haʊ] ['bjuːtɪf(ə)l] [mʌst; məst]['hev(ə)n][biː; bi] , [naʊ] [ðæt][ðə; ði]['seɪvjə(r)][ɪz][ɪts][sʌn] ,

O	my	God	,	how	beautiful	must	heaven	be	,	now	that	the	Saviour	is	its	Sun	,
哦	我的	上帝	,	如何	美丽的	必须	天堂	是	,	现在	那	这	救主	是	它是	太阳	,

我的天哪，天堂该是多么美丽啊，救世主就是它的太阳！

[ænd; ənd][hɪz; ɪz]['bʊzəm][ɪz][ə; eɪ]['faʊntən; 'faʊntɪn][ɒv; əv] [lʌv] [weə(r)] [ðə; ði]['blesɪd; blest][drɪŋk][æt; ət]

and	his	bosom	is	a	fountain	of	love	where	the	blessed	drink	at
和	他的	怀	是	一个	喷泉	的	爱	在哪里	这	蒙福	喝	在

[wɪl] ! - .

will	!	115248	.
将要	!	-	.

他的胸怀是爱的泉源，蒙福之人可以随意畅饮！115248。

[iːtʃ] [wʌn] [lʊks] [ˌðeər'ɪn] [ænd; ənd] [siːz] [hɪz; ɪz] [neɪm] ['rɪt(ə)n] [ɪn] ['kærəktəz] [ɒv; əv] [lʌv] —

Each	one	looks	therein	and	sees	his	name	written	in	characters	of	love	—
每个	一	看起来	其中	和	看到	他的	姓名	书面	在	人物	的	爱	—

['kærəktəz] [wɪtʃ] [lʌv] [ə'ləʊn][kæn; kən] [riːd] ,

characters	which	love	alone	can	read	,
人物	哪个	爱	独自的	能	读	,

每个人都往里看，都看到了自己的名字，是用爱的文字写成的——只有爱才能解读的文字。

[wɪtʃ] [lʌv] [ə'ləʊn][hæz; həz]['greɪv(ə)n] . - .

which	love	alone	has	graven	.	249	.
哪个	爱	独自的	有	雕刻	.	-	.

唯有爱才能铭刻。249.

[ˌes 'tiː] . [dʒɒn][ðə; ði]['bæptɪst] , [θruː] [ə'biːdiəns] , [kept] [hɪm'self]['æbsənt][frɒm; frəm]['aʊə(r)]['seɪvjə(r)] ,

St	.	John	the	Baptist	,	through	obedience	,	kept	himself	absent	from	our	Saviour	,
英石	.	约翰	这	浸信会	,	通过	服从	,	保留	他自己	缺席的	从	我们的	救主	,

圣约翰因服从而远离了我们的救主，

['nəʊɪŋ] [wel] [ðæt] [tuː; tə] [siːk] ['aʊə(r)]['seɪvjə(r)][ˌaʊt'saɪd][ɒv; əv] [ə'biːdiəns] [wɒz; wəz][tuː; tə] [luːz] [hɪm] .

knowing	well	that	to	seek	our	Saviour	outside	of	obedience	was	to	lose	Him	.
会心	出色地	那	到	寻找	我们的	救主	外部	的	服从	曾是	到	失去	他	.

- .

250	.
-	.

深知若不顺服就寻求救主，就会失去祂。250.

[aɪ] [liːv] [juː; jʊ][tuː; tə][ɪ'mædʒɪn][ðə; ði] [gʊd] ['əʊdə(r)] [wɪtʃ] [ðɪs] ['bjuːtɪf(ə)l] ['lɪli] ([ðə; ði]['blesɪd; blest]

I	leave	you	to	imagine	the	good	odour	which	this	beautiful	lily	(	the	Blessed
我	离开	你	到	想象	这	好的	气味	哪个	这	美丽的	百合	(	这	蒙福

['vɜːdʒɪn]) [spredz] [ɪn][ðə; ði] house116

Virgin	)	spreads	in	the	house116
处女	)	传播	在	这	house116

我留给你们想象这朵美丽的百合花（圣母玛利亚）在屋子里散发出的芬芳吧。[116]

[ɒv; əv] ['zækəri] .

of	Zachary	.
的	扎卡里	.

扎卡里的。

[wɒt] [kʊd; kəd][ʃiː; ʃi] [gɪv] [fɔːθ] [bʌt; bət] [ðæt] [wɪð] [wɪtʃ] [ʃiː; ʃi][wɒz; wəz] [fɪld] ?

What	could	she	give	forth	but	that	with	which	she	was	filled	?
什么	可以	她	给	前进	但	那	和	哪个	她	曾是	已填	?

她能给予的，不正是她内心所充满的吗?

[ænd; ənd][ʃiː; ʃi][wɒz; wəz] [fɪld] [wɪð] ['dʒiːzəs] . - .

And	she	was	filled	with	Jesus	.	251	.
和	她	曾是	已填	和	耶稣	.	-	.

她心中充满了耶稣。251.

[maɪ][gɒd] , [ai]['mɑːv(ə)l][tuː; tə][faɪnd] [ðæt] [ai][ˌeɪ 'em][səʊ] [fʊl] [ɒv; əv][maɪ'self]['ɑːftə(r)][səʊ] ['meni]

My	God	,	I	marvel	to	find	that	I	am	so	full	of	myself	after	so	many
我的	上帝	,	我	奇迹	到	寻找	那	我	是	所以	满的	的	我	后	所以	许多

[kə'mjuːniən] . - .

communions	.	252	.
圣餐	.	-	.

我的天哪，我惊讶地发现，在经历了这么多次圣餐仪式之后，我竟然如此自负。252.

[ðeə(r)] [ɑː(r); ə(r)] [tuː] [kaɪndz][ɒv; əv] [wɪlz] : [wʌn] [sez] , “ [ai] [wʊd] [laɪk] ['veri] [mʌtʃ] [tuː; tə][duː; də] [gʊd]

There	are	two	kinds	of	wills	:	one	says	,	“	I	would	like	very	much	to	do	good
那里	是	二	种类	的	遗嘱	:	一	说道	,	“	我	会	喜欢	非常	很多	到	做	好的

;
;
;

遗嘱有两种：一种是说，“我非常想做好事；

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][kɒsts][ə; eɪ] [ˌdɪsə'griːəb(ə)l] ['efət] ; [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [tuː] ['dɪfɪkəlt] ; ” [ðə; ði]['ʌðə(r)] [sez] :

but	it	costs	a	disagreeable	effort	;	it	is	too	difficult	;	”	the	other	says	:
但	它	成本	一个	令人不快的	努力	;	它	是	也	难的	;	”	这	其他	说道	:

但这需要付出令人不快的努力；这太难了；”另一个人说：

“ [ai][dɪ'zaɪə(r)] [ɪn'diːd] [tuː; tə][duː; də] [gʊd] ; -

“	I	desire	indeed	to	do	good	;	117
“	我	欲望	的确	到	做	好的	;	-

“我的确渴望行善；117

[ðə; ði] [wɪl] [ɪz] [nɒt] ['wɒntɪŋ] , [bʌt; bət][ðə; ði]['paʊə(r)][ə'ləʊn] [stɒps] [ˌem 'iː] .

the	will	is	not	wanting	,	but	the	power	alone	stops	me	.
这	将要	是	不是	想要	,	但	这	力量	独自的	停止	我	.

意志并不薄弱，只是力量不足以阻止我。

” [ðə; ði][fɜːst] [fɪlz] [hel] , [ðə; ði]['sekənd]['pærədaɪs] ,

”	The	first	fills	hell	,	the	second	paradise	,
”	这	第一的	填充	地狱	,	这	第二	天堂	,

“第一个充满地狱，第二个充满天堂，

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][wɒz; wəz][ðə; ði]['lætə(r)] [wɪl] [wɪtʃ] [kɔːzd] ['dænjəl][tuː; tə][biː; bi] [kɔːld] [ə; eɪ] “ [mæn]

and	it	was	the	latter	will	which	caused	Daniel	to	be	called	a	“	man
和	它	曾是	这	后者	将要	哪个	导致	丹尼尔	到	是	称为	一个	“	男人

[ɒv; əv] [dɪ'zaɪr] . ” - .

of	desires	.	”	253	.
的	欲望	.	”	-	.

正是后一种意志使但以理被称为“有欲望的人”。253.

[ai] [preɪ] [juː; jʊ] , [haɪd][jɔː(r); jə(r)] ['trʌb(ə)l] [frɒm; frəm] [jɔː'self] [æz; əz] [mʌtʃ] [æz; əz][juː; jʊ][kæn; kən] ,

I	pray	you	,	hide	your	trouble	from	yourself	as	much	as	you	can	,
我	祈祷	你	,	隐藏	你的	麻烦	从	你自己	作为	很多	作为	你	能	,

我祈求你，尽可能地将你的烦恼隐藏起来。

[ænd; ənd] [ɪf] [juː; jʊ] [fiːl] [ˌaɪ 'tiː] , [æt; ət] [liːst] [duː; də][nɒt] [θɪŋk] [ə'baʊt][ˌaɪ 'tiː] .

and	if	you	feel	it	,	at	least	do	not	think	about	it	.
和	如果	你	感觉	它	,	在	至少	做	不是	思考	关于	它	.

如果你感觉到了，至少不要去想它。

[juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]['gɪv(ə)n][tuː; tə] ['dwelɪŋ] [ə'pɒn][ˌaɪ 'tiː] . - .

You	are	a	little	given	to	dwelling	upon	it	.	254	.
你	是	一个	小的	给定	到	住宅	之上	它	.	-	.

你有点喜欢纠结于此。254.

[juː; jʊ] [tel] [ˌem 'iː] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [hɑːd] [tuː; tə] [wɪl] [tuː; tə][duː; də] , [ænd; ənd][tuː; tə][biː; bi][ʌn'eɪb(ə)l][tuː; tə]

You	tell	me	that	it	is	hard	to	will	to	do	,	and	to	be	unable	to
你	告诉	我	那	它	是	难的	到	将要	到	做	,	和	到	是	无法	到

[duː; də] .

do	.
做	.

你告诉我，想做某事很难，做不到也很难。

[aɪ][duː; də][nɒt] [seɪ] [tuː; tə][juː; jʊ] [ðæt] [wiː; wi][mʌst; məst] [wɪl] [wɒt] [wiː; wi][kæn; kən][duː; də] , [bʌt; bət]

I	do	not	say	to	you	that	we	must	will	what	we	can	do	,	but
我	做	不是	说	到	你	那	我们	必须	将要	什么	我们	能	做	,	但

[ðæt] before118

that	before118
那	before118

我并不是说我们必须竭尽所能，而是说在118之前

[gɒd] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [tuː; tə][biː; bi]['eɪb(ə)l][tuː; tə] [wɪl] . - .

God	it	is	a	great	deal	to	be	able	to	will	.	255	.
上帝	它	是	一个	伟大的	交易	到	是	有能力的	到	将要	.	-	.

上帝啊，能够有意志力是一件非常了不起的事情。255.

[wɒt] [wʊd] [juː; jʊ][duː; də] , [ɪf] [juː; jʊ][wɜː(r); wə(r)]['nevə(r)][tuː; tə][biː; bi] [dɪ'lɪvəd] [frɒm; frəm][jɔː(r); jə(r)]

What	would	you	do	,	if	you	were	never	to	be	delivered	from	your
什么	会	你	做	,	如果	你	是	绝不	到	是	发表	从	你的

['traɪəlz] ?

trials	?
试验	?

如果你永远无法摆脱困境，你会怎么做?

[juː; jʊ] [wʊd] [seɪ] [tuː; tə] [gɒd] : “ [aɪ][ˌeɪ 'em] [ðaɪn] ; [ɪf] [maɪ] ['mɪzəriz] [ɑː(r); ə(r)] ['pliːzɪŋ] [tuː; tə] [ðiː]

You	would	say	to	God	:	“	I	am	thine	;	if	my	miseries	are	pleasing	to	Thee
你	会	说	到	上帝	:	“	我	是	你的	;	如果	我的	苦难	是	令人愉悦	到	汝

['mʌltɪplaɪ][ðem; ðəm] ,

multiply	them	,
乘	他们	,

你会对上帝说：“我是你的；如果我的苦难能取悦你，就加倍地加倍吧。”

[prə'lɒŋ] [ðem; ðəm] .

prolong	them	.
延长	他们	.

延长它们。

” [meɪk] [frendz] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)]['traɪəlz] , [æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ][wɜː(r); wə(r)] ['ɔːlweɪz] [tuː; tə][lɪv; laɪv] [tə'geðə(r)] ,

”	Make	friends	with	your	trials	,	as	if	you	were	always	to	live	together	,
”	制作	朋友们	和	你的	试验	,	作为	如果	你	是	总是	到	居住	一起	,

“与你的磨难交朋友，就像你们一直要生活在一起一样。”

[ænd; ənd][juː; jʊ] [wɪl] [faɪnd] [ðæt] [wen] [juː; jʊ][nəʊ][lɒŋgə(r)] [θɪŋk] [ɒv; əv][ðem; ðəm][ænd; ənd] [siːs]

and	you	will	find	that	when	you	no	longer	think	of	them	and	cease
和	你	将要	寻找	那	什么时候	你	不	更长	思考	的	他们	和	停止

[tuː; tə][biː; bi] ['æŋkʃəs] ,

to	be	anxious	,
到	是	焦虑的	,

你会发现，当你不再想起他们，不再焦虑时，

[gɒd] [wɪl] [dɪ'lɪvə(r)][juː; jʊ][frɒm; frəm][ðem; ðəm] . - .

God	will	deliver	you	from	them	.	256	.
上帝	将要	递送	你	从	他们	.	-	.

上帝会救你脱离他们的魔爪。256.

[nəʊ] , [maɪ][dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , [ai][ˌeɪ 'em] not119

No	,	my	dear	daughter	,	I	am	not119
不	,	我的	亲爱的	女儿	,	我	是	not119

不，我亲爱的女儿，我不是119

['trʌbld] [æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz]['aʊə(r)] [ˌrezə'lʊʃən] [rɪ'meɪn] ['stedfɑːst] .

troubled	as	long	as	our	resolutions	remain	steadfast	.
麻烦	作为	长的	作为	我们的	决议	保持	坚定不移	.

只要我们的决心坚定不移，就会一直感到不安。

[ðəʊ] [wiː; wi][wɜː(r); wə(r)][tuː; tə][daɪ] , [ðəʊ] ['evriθɪŋ] [wɜː(r); wə(r)][tuː; tə][biː; bi] [ˌəʊvə'tɜːnd] ,

Though	we	were	to	die	,	though	everything	were	to	be	overturned	,
尽管	我们	是	到	死	,	尽管	一切	是	到	是	翻覆	,

即便我们终将死去，即便一切都将颠覆，

[wɒt] [wʊd] [ˌaɪ 'tiː]['mætə(r)][prə'vaɪdɪd] [ðeɪ] [kən'tɪnjuːd] [fɜːm] ? - .

what	would	it	matter	provided	they	continued	firm	?	257	.
什么	会	它	事情	假如	他们	持续	公司	?	-	.

只要他们继续保持坚定立场，那又有什么关系呢？257.

['aʊə(r)] [naɪt] [ɪz][æz; əz] ['brɪliənt] [æz; əz]['aʊə(r)] [deɪ] , [wen] [gɒd] [ɪz][ɪn]['aʊə(r)] [hɑːts] ,

Our	night	is	as	brilliant	as	our	day	,	when	God	is	in	our	hearts	,
我们的	夜晚	是	作为	杰出的	作为	我们的	天	,	什么时候	上帝	是	在	我们的	心	,

当上帝在我们心中时，我们的夜晚也如同白昼般光明。

[ænd; ənd]['aʊə(r)] [deɪ] [ɪz] [naɪt] [wen] [gɒd] [ɪz]['æbsənt][frɒm; frəm][ˌjuː 'es] . - .

and	our	day	is	night	when	God	is	absent	from	us	.	258	.
和	我们的	天	是	夜晚	什么时候	上帝	是	缺席的	从	我们	.	-	.

上帝不在我们身边时，我们的白昼就如同黑夜。258.

[ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] [ɪn'dɪfrəns] [helps] [ˌjuː 'es][ɪn][ɔːl] [θɪŋz] , ['iːv(ə)n][tuː; tə] ['meɪkɪŋ] [ˌjuː 'es]['kɒntent]

A	spirit	of	indifference	helps	us	in	all	things	,	even	to	making	us	content
一个	精神	的	漠不关心	帮助	我们	在	全部	事物	,	甚至	到	制作	我们	内容

['djʊərɪŋ]['sev(ə)n] [wiːks] ,

during	seven	weeks	,
期间	七	周	,

冷漠的态度对我们各方面都有帮助，甚至能让我们在七周内保持满足感。

[wen] [ə; eɪ]['fɑːðə(r)] , [ænd; ənd][ə; eɪ]['fɑːðə(r)] [huː] [lʌvz] [æz; əz][ai][duː; də] , [ænd; ənd][ə; eɪ] ['dɔːtə(r)] ,

when	a	father	,	and	a	father	who	loves	as	I	do	,	and	a	daughter	,
什么时候	一个	父亲	,	和	一个	父亲	WHO	爱	作为	我	做	,	和	一个	女儿	,

当一位父亲，一位像我一样深爱女儿的父亲，和一个女儿，

[sʌtʃ] [æz; əz][juː; jʊ] , [rɪ'siːv] [nəʊ] [njuːz] [ɒv; əv] [iːtʃ] ['ʌðə(r)] . - .

such	as	you	,	receive	no	news	of	each	other	.	120259	.
这样的	作为	你	,	收到	不	消息	的	每个	其他	.	-	.

例如你，彼此之间没有任何消息。120259。

[let] [ðə; ði] ['dɑːknəs] [biː; bi] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] , [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][nɪə(r)][ðə; ði] [lait] .

Let	the	darkness	be	what	it	may	,	we	are	near	the	light	.
让	这	黑暗	是	什么	它	可能	,	我们	是	靠近	这	光	.

不管黑暗如何，我们离光明很近。

[let] ['aʊə(r)] ['ɪmpətəns] [biː; bi] [wɒt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] , [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)][æt; ət][ðə; ði] [fiːt] [ɒv; əv][ðə; ði][ɔːl] -

Let	our	impotence	be	what	it	may	,	we	are	at	the	feet	of	the	All	-
让	我们的	阳痿	是	什么	它	可能	,	我们	是	在	这	脚	的	这	全部	-

['paʊəf(ə)l] . - .

powerful	.	260	.
强大的	.	-	.

不管我们多么无能为力，我们都臣服于全能者的脚下。260.

[ai][ʃæl; ʃəl] [seɪ] ['nʌθɪŋ] [ɒv; əv][ðə; ði][ɪk'stent][ɒv; əv][maɪ] [ə'fekʃn] [fɔː(r); fə(r)][juː; jʊ] , [ɪk'sept] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː]

I	shall	say	nothing	of	the	extent	of	my	affection	for	you	,	except	that	it
我	将	说	没有什么	的	这	程度	的	我的	感情	为了	你	,	除了	那	它

[ɪz] [ɪn'kɒmprəbl] ,

is	incomparable	,
是	无与伦比	,

我对你的爱意之深，我无话可说，只能说它无与伦比。

[ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz]['wai,tər][ðæn; ðən][ðə; ði] [snəʊ] , [ænd; ənd]['pjʊrər][ðæn; ðən][ðə; ði][sʌn] . - .

that	it	is	whiter	than	the	snow	,	and	purer	than	the	sun	.	261	.
那	它	是	更白	比	这	雪	,	和	更纯净	比	这	太阳	.	-	.

它比雪更白，比太阳更纯净。261.

[ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [wɪtʃ] [prɪ'vents] ['aʊə(r)] [ə'teɪnɪŋ] [ðə; ði] [pə'fekʃ(ə)n] [ɒv; əv]['aʊə(r)][vəʊ'keɪʃ(ə)n][laɪk]

There	is	nothing	which	prevents	our	attaining	the	perfection	of	our	vocation	like
那里	是	没有什么	哪个	阻止	我们的	达到	这	完美	的	我们的	职业	喜欢

[dɪ'zaɪərɪŋ][ə'nʌðə(r)] . - .

desiring	another	.	121262	.
渴望	其他	.	-	.

没有什么比渴望其他职业更能阻碍我们达到职业的完美境界了。121262。

[ai] [bɪ'siːtʃ] [juː; jʊ] , [maɪ][dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , [duː; də][nɒt][fɪə(r)][gɒd][æz; əz][juː; jʊ][duː; də] ,

I	beseech	you	,	my	dear	daughter	,	do	not	fear	God	as	you	do	,
我	恳求	你	,	我的	亲爱的	女儿	,	做	不是	害怕	上帝	作为	你	做	,

我恳求你，我亲爱的女儿，不要像你现在这样惧怕上帝。

[fɔː(r); fə(r)][hiː; hi] [dʌz] [nɒt] [wɪʃ] [tuː; tə][hɑːm][juː; jʊ] ; [lʌv] [hɪm] ['fɜːvəntli] ,

for	He	does	not	wish	to	harm	you	;	love	Him	fervently	,
为了	他	做	不是	希望	到	伤害	你	;	爱	他	热切地	,

因为祂不愿伤害你们；要热切地爱祂。

[fɔː(r); fə(r)][hiː; hi] ['wɪʃɪz] [tuː; tə][duː; də][juː; jʊ][ə; eɪ] [greɪt] [diːl] [ɒv; əv] [gʊd] . - .

for	He	wishes	to	do	you	a	great	deal	of	good	.	263	.
为了	他	愿望	到	做	你	一个	伟大的	交易	的	好的	.	-	.

因为祂想给你带来许多好处。263.

['aʊə(r)] [lɔːd] [wɪl] [kɔːz] [ˌjuː 'es][tuː; tə][ɪn'dʒɔɪ] [piːs] [wen] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][biː; bi] [sə'fɪʃntli] ['hʌmb(ə)l]

Our	Lord	will	cause	us	to	enjoy	peace	when	we	shall	be	sufficiently	humble
我们的	主	将要	原因	我们	到	享受	和平	什么时候	我们	将	是	足够	谦逊的

[tuː; tə] ['swiːtli] [ɪn'djʊə(r)][wɔː(r)] . - .

to	sweetly	endure	war	.	264	.
到	甜蜜地	忍受	战争	.	-	.

当我们足够谦卑，能够欣然忍受战争时，我们的主将使我们享受和平。264.

['nʌθɪŋ] [kæn; kən]['iːkwəl][ɪn]['merɪt][ðə; ði] ['ɒfərɪŋ] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['sɒrəʊz] [tuː; tə][hɪm] [huː] [seɪvd]

Nothing	can	equal	in	merit	the	offering	of	our	sorrows	to	Him	who	saved
没有什么	能	平等的	在	优点	这	提供	的	我们的	悲伤	到	他	WHO	已保存

[ˌjuː 'es][baɪ][hɪz; ɪz] [əʊn] . - .

us	by	his	own	.	122265	.
我们	经过	他的	自己的	.	-	.

没有什么比将我们的悲伤献给那位用自己的生命拯救我们的人更有价值了。122265

[dwel] ['veri] ['lɪt(ə)l] [ə'pɒn] [ðə; ði] ['mɪkstʃə(r)] [ɒv; əv] [self] - [lʌv] [ɪn] [jɔ:(r); jə(r)] ['ækʃ(ə)nz] ;

Dwell	very	little	upon	the	mixture	of	self	-	love	in	your	actions	;
住	非常	小的	之上	这	混合物	的	自己	-	爱	在	你的	行动	;

不要过多关注你行为中掺杂的自恋成分；

[wi:; wi] [ʃʊd; ʃəd] [peɪ] [nəʊ] [ə'tenʃ(ə)n] [tu:; tə] [ðiːz] ['sæli] [ɒv; əv] [self] .

we	should	pay	no	attention	to	these	sallies	of	self	.
我们	应该	支付	不	注意力	到	这些	萨利斯	的	自己	.

我们不应该理会这些自以为是的举动。

[wen] [wi:; wi] [ˌdɪsə'vaʊ] [ðem; ðəm] [tu:] [ɔ:(r)] [θri:] [taɪmz] [ə; eɪ] [deɪ] [wi:; wi] [hæv; həv] [dʌn] [ɔ:l] [ðæt] [ɪz]

When	we	disavow	them	two	or	three	times	a	day	we	have	done	all	that	is
什么时候	我们	否认	他们	二	或者	三	时代	一个	天	我们	有	完毕	全部	那	是

[rɪ'kwaɪəd] .

required	.
必需的	.

当我们每天否认它们两到三次时，我们就完成了所有必要的事情。

[nɔ:(r)] [mʌst; məst] [wi:; wi] ['vaɪələntli] [rɪ'zɪst] [ðem; ðəm] ; [ə; eɪ] ['dʒent(ə)l] [dɪ'naɪəl] [ɪz] [sə'fɪʃ(ə)nt] . - .

Nor	must	we	violently	resist	them	;	a	gentle	denial	is	sufficient	.	266	.
也不	必须	我们	暴力	抵抗	他们	;	一个	温和的	拒绝	是	充足的	.	-	.

我们也不必激烈反抗；温和地拒绝就足够了。266.

[ðə; ði] [həʊl] [wɜ:ld] [ɪz] [nɒt] [wɜ:θ] [ə; eɪ] [səʊl] , [ænd; ənd] [ə; eɪ] [səʊl] [ɪz] [wɜ:θ] ['nʌθɪŋ] [wɪ'ðaʊt] [ɪts]

The	whole	world	is	not	worth	a	soul	,	and	a	soul	is	worth	nothing	without	its
这	所有的	世界	是	不是	值得	一个	灵魂	,	和	一个	灵魂	是	值得	没有什么	没有	它是

[ˌrezə'lʊʃən] .

resolutions	.
决议	.

整个世界不值得一个灵魂存在，而没有决心，灵魂也一文不值。

[wi:; wi] [ni:d] [nɒt] [bi:; bi] ['trʌbld] [bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [wi:; wi] [ɑ:(r); ə(r)] [wi:k] ,

We	need	not	be	troubled	because	we	are	weak	,
我们	需要	不是	是	麻烦	因为	我们	是	虚弱的	,

我们不必因为自身软弱而感到担忧，

[ɪf] [baɪ] ['trʌstɪŋ] [ɪn] [ðə; ði] ['paʊə(r)] [ænd; ənd] ['mɜ:si] [ɒv; əv] [gɒd] [wi:; wi] ['nevə(r)] [lu:z] ['kʌrɪdʒ] ;

if	by	trusting	in	the	power	and	mercy	of	God	we	never	lose	courage	;
如果	经过	信任	在	这	力量	和	怜悯	的	上帝	我们	绝不	失去	勇气	;

只要我们信赖上帝的力量和慈悲，就永远不会失去勇气；

[ɒn] [ðə; ði] ['kɒntrəri] , [maɪ] ['dɔ:tə(r)] , [ai] would123

on	the	contrary	,	my	daughter	,	I	would123
在	这	相反	,	我的	女儿	,	我	would123

相反，我的女儿，我会123

['rɑ:ðə(r)] [bi:; bi] [wi:k] [ðæn; ðən] [strɒŋ] [bɪ'fɔ:(r)] [gɒd] , [fɔ:(r); fə(r)] [hi:; hi] [teɪks] [ðə; ði] [wi:k] [ɪn] [hɪz; ɪz]

rather	be	weak	than	strong	before	God	,	for	He	takes	the	weak	in	his
相当	是	虚弱的	比	强的	前	上帝	,	为了	他	需要	这	虚弱的	在	他的

[ɑ:mz] ,

arms	,
武器	,

在上帝面前，宁可软弱也不要刚强，因为祂会拥抱软弱的人。

[ænd; ənd] [ðə; ði] [strɒŋ] [hi:; hi] [li:dz] [baɪ] [ðə; ði] [hænd] . - .

and	the	strong	He	leads	by	the	hand	.	267	.
和	这	强的	他	线索	经过	这	手	.	-	.

而强大的他牵着手引领。267。

[bɪ'liːv] [ˌem 'iː] , [wiː; wi] [əd'vɑːns] [θruː] ['stɔːmi] ['weðə(r)] , [ænd; ənd]['ʌndə(r)][ə; eɪ] [dɑːk] [ænd; ənd]

Believe	**me**	**,**	**we**	**advance**	**through**	**stormy**	**weather**	**,**	**and**	**under**	**a**	**dark**	**and**
相信	我	,	我们	进步	通过	暴风雨	天气	,	和	在下面	一个	黑暗的	和

['klaʊdi] [skaɪ] .

cloudy	**sky**	**.**
多云	天空	.

相信我，我们会在暴风雨中，在阴云密布的天空下前进。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ]['betə(r)][taɪm][fɔː(r); fə(r)] ['trævələz] [ðæn; ðən] [ɪf] [ðə; ðiː] [sʌn] [pɔː] [ɪts]['ɑːd(ə)nt] [hiːt]

It	**is**	**a**	**better**	**time**	**for**	**travellers**	**than**	**if**	**the**	**sun**	**poured**	**its**	**ardent**	**heat**
它	是	一个	更好的	时间	为了	旅行者	比	如果	这	太阳	倾倒	它是	热心	热

[ə'pɒn][ˌjuː 'es] .

upon	**us**	**.**
之上	我们	.

对于旅行者来说，这比烈日当空时要好得多。

['kʌrɪdʒ] ! [laɪt] [ænd; ənd][dʒɔɪ][ɑː(r); ə(r)][nɒt] [wɪ'ðɪn] ['aʊə(r)]['paʊə(r)] ,

Courage	**!**	**light**	**and**	**joy**	**are**	**not**	**within**	**our**	**power**	**,**
勇气	!	光	和	喜悦	是	不是	之内	我们的	力量	,

勇气！光明和喜悦并非我们所能掌控。

[nɔː(r)] ['eni] [ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] [ɪk'sept] [ðæt] [wɪtʃ] [dɪ'pendz] [ə'pɒn][ðə; ðiː] [wɪl] ;

nor	**any**	**consolation**	**except**	**that**	**which**	**depends**	**upon**	**the**	**will**	**;**
也不	任何	安慰	除了	那	哪个	取决于	之上	这	将要	;

除了意志力所能及的安慰之外，别无其他安慰；

[bʌt; bət] [waɪl] [ðæt] [wɪl] [ɪz] [prə'tektɪd] [baɪ]['aʊə(r)]['həʊli] [ˌrezə'lʊʃən] ,

but	**while**	**that**	**will**	**is**	**protected**	**by**	**our**	**holy**	**resolutions**	**,**
但	尽管	那	将要	是	受保护	经过	我们的	圣	决议	,

但是，只要这份意志受到我们神圣决议的保护，

[ænd; ənd][æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][ðə; ðiː] [greɪt] [siːl] [ɒv; əv][ðə; ðiː] ['hev(ə)nli] ['tʃɑːnsəri] [rɪ'meɪnz] [ə'pɒn]['aʊə(r)] [hɑːts] ,

and	**as**	**long**	**as**	**the**	**great**	**seal**	**of**	**the**	**heavenly**	**chancery**	**remains**	**upon**	**our**	**hearts**	**,**
和	作为	长的	作为	这	伟大的	海豹	的	这	天上	法院	遗迹	之上	我们的	心	,

只要天国的伟大印记仍铭刻在我们心中，

[wiː; wi][hæv; həv] ['nʌθɪŋ] [tuː; tə][fɪə(r)] . - .

we	**have**	**nothing**	**to**	**fear**	**.**	**124268**	**.**
我们	有	没有什么	到	害怕	.	-	.

我们没有什么好怕的。124268。

[ðəʊz] [huː] ['spɪrɪtʃuəli] [daɪ'dʒest]['dʒiːzəs] [kraɪst] [fiːl] [ðæt] ['dʒiːzəs] [kraɪst] [huː] [ɪz][ðeə(r)] [fuːd] [ɪz]

Those	**who**	**spiritually**	**digest**	**Jesus**	**Christ**	**feel**	**that**	**Jesus**	**Christ**	**who**	**is**	**their**	**food**	**is**
那些	WHO	精神层面	消化	耶稣	基督	感觉	那	耶稣	基督	WHO	是	他们的	食物	是

[dɪ'fjuːzd] [θruː] ['evri] [pɑːt] [ɒv; əv] [səʊl] [ænd; ənd] ['bɒdi] .

diffused	**through**	**every**	**part**	**of**	**soul**	**and**	**body**	**.**
扩散	通过	每一个	部分	的	灵魂	和	身体	.

那些在灵性上消化耶稣基督的人会觉得，耶稣基督作为他们的灵粮，已经渗透到他们灵魂和身体的每一个部分。

[ðeɪ] [hæv; həv]['dʒiːzəs][ɪn][ðeə(r)][maɪnd] , [ɪn][ðeə(r)] [hɑːt] , [ɪn][ðeə(r)] [brest] , [ɪn][ðeə(r)] [aɪz] ,

They	**have**	**Jesus**	**in**	**their**	**mind**	**,**	**in**	**their**	**heart**	**,**	**in**	**their**	**breast**	**,**	**in**	**their**	**eyes**	**,**
他们	有	耶稣	在	他们的	头脑	,	在	他们的	心	,	在	他们的	胸部	,	在	他们的	眼睛	,

他们心中有耶稣，脑海里有耶稣，胸怀里有耶稣，眼里有耶稣。

[ɪn][ðeə(r)][hændz] , [ɪn][ðeə(r)] [tʌŋ] , [ɪn][ðeə(r)] [ɪəz] , [ɪn][ðeə(r)] [fiːt] .

in	**their**	**hands**	**,**	**in**	**their**	**tongue**	**,**	**in**	**their**	**ears**	**,**	**in**	**their**	**feet**	**.**
在	他们的	双手	,	在	他们的	舌头	,	在	他们的	耳朵	,	在	他们的	脚	.

在它们的手上，在它们的舌头上，在它们的耳朵里，在它们的脚上。

[bʌt; bət] [wɒt] [dʌz] [ðɪs] ['seɪvjə(r)][du:; də][ɪn][ɔ:l] [ðiːz] [pɑ:ts] ?

But	what	does	this	Saviour	do	in	all	these	parts	?
但	什么	做	这	救主	做	在	全部	这些	部分	?

但这位救世主在这些地方都做了些什么呢?

[hi:; hi] [ri'dres] , ['pjuərifai] , [pru:nz] , [ænd; ənd] ['vivifai] [ɔ:l] ; [ðə; ði] [hɑ:t] [lʌvz] [θru:] [hɪm] ,

He	redresses	,	purifies	,	prunes	,	and	vivifies	all	;	the	heart	loves	through	Him	,
他	补偿	,	净化	,	西梅	,	和	使复苏	全部	;	这	心	爱	通过	他	,

[ðə; ði][maɪnd] [ˌʌndə'stændz] [θru:] [hɪm] ,

the	mind	understands	through	Him	,
这	头脑	明白	通过	他	,

他纠正、净化、修剪和赋予万物生机；人心因他而爱，人心因他而理解。

[ðə; ði] [brest] [bri:ð] [θru:] [hɪm] , [ðə; ði] [aɪz] [si:] [θru:] [hɪm] , [ðə; ði] [tʌŋ] [spi:ks]

the	breast	breathes	through	Him	,	the	eyes	see	through	Him	,	the	tongue	speaks
这	胸部	呼吸	通过	他	,	这	眼睛	看	通过	他	,	这	舌头	说话

[θru:] [hɪm] .

through	Him	.
通过	他	.

胸膛藉着他呼吸，眼睛藉着他看，舌头藉着他说话。

[ðen] [wi:; wi][kæn; kən] [seɪ] , “ [wi:; wi][lɪv; laɪv] [naʊ] , [nɒt][wi:; wi] , [bʌt; bət] [kraɪst] ['dʒi:zəs] ['lɪvəθ] [ɪn]

Then	we	can	say	,	“	We	live	now	,	not	we	,	but	Christ	Jesus	liveth	in
然后	我们	能	说	,	“	我们	居住	现在	,	不是	我们	,	但	基督	耶稣	活着	在

[ˌju: 'es] .

us	.
我们	.

这样我们就可以说：“现在活着的不是我们，而是基督耶稣在我们里面活着。”

” [aɪ] [ʃəʊ] [ju:; jʊ][tu:; tə] [wɒt] [wi:; wi][mʌst; məst] aspire125

”	I	show	you	to	what	we	must	aspire125
”	我	展示	你	到	什么	我们	必须	aspire125

我向你们展示我们应该追求的目标125

[ðəʊ] [wi:; wi][mʌst; məst][bi:; bi]['kɒntent][tu:; tə] [ə'teɪn] [ˌaɪ 'ti:][baɪ] [dɪ'gri:z] . - .

though	we	must	be	content	to	attain	it	by	degrees	.	269	.
尽管	我们	必须	是	内容	到	达到	它	经过	学位	.	-	.

虽然我们必须满足于逐步实现它。269.

[let] [ˌju: 'es] [ki:p] [ɑ:'selvz] ['hʌmb(ə)l][ænd; ənd][gəʊ][tu:; tə]['həʊli] [kə'mju:niən] ['bəʊldli] ;

Let	us	keep	ourselves	humble	and	go	to	Holy	Communion	boldly	;
让	我们	保持	我们自己	谦逊的	和	去	到	圣	圣餐	大胆地	;

让我们保持谦卑，勇敢地领受圣餐；

[wi:; wi][ʃæl; ʃəl]['grædʒuəli] [bɪ'kʌm] [ə'kʌstəmd] [tu:; tə] [ðɪs] ['hev(ə)nli] [fu:d] [ænd; ənd] [lɜ:n] [tu:; tə]

we	shall	gradually	become	accustomed	to	this	heavenly	food	and	learn	to
我们	将	逐步地	变得	习惯	到	这	天上	食物	和	学习	到

[daɪ'dʒest][ˌaɪ 'ti:][tu:; tə]['aʊə(r)]['prɒfɪt] . - .

digest	it	to	our	profit	.	270	.
消化	它	到	我们的	利润	.	-	.

我们将逐渐习惯这种人间美味，并学会消化它，从而从中受益。270.

['tʃærəti] , [səʊ][fɑ:(r)][frɒm; frəm] ['sɜ:tʃɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)]['i:v(ə)l] , [fɪəz] [tu:; tə] [mi:t] [ˌaɪ 'ti:] ; [ɪf] [ʃi:; ʃi]

Charity	,	so	far	from	searching	for	evil	,	fears	to	meet	it	;	if	she
慈善	,	所以	远的	从	搜索	为了	邪恶的	,	恐惧	到	见面	它	;	如果	她

[ɪn'kaʊntə(r)] [ˌaɪ 'ti:] ,

encounter	it	,
遇到	它	,

慈善，非但不去寻找邪恶，反而害怕遭遇邪恶；如果她遭遇了邪恶，

[ʃiː; ʃi] [tɜːnz] [əˈweɪ] [ænd; ənd] [əˈpɪəz] [nɒt] [tuː; tə] [siː] [ˌaɪ ˈtiː] .

she	turns	away	and	appears	not	to	see	it	.
她	转弯	离开	和	出现	不是	到	看	它	.

她转过身去，似乎没看见。

[ʃiː; ʃi] [wɪl] [ʃʌt] [hɜː(r); hə(r)] [aɪz] [ˈrɑːðə(r)] [ðæn; ðən] [miːt] [ˌaɪ ˈtiː] . - .

She	will	shut	her	eyes	rather	than	meet	it	.	126271	.
她	将要	关闭	她	眼睛	相当	比	见面	它	.	-	.

她宁愿闭上眼睛也不愿直视它。126271。

[əʊ] ! [ˈhæpi] [ɪz] [ðə; ðɪ] [maɪnd] [wɪtʃ] [siːz] [bʌt; bət] [tuː] [ˈɒbdʒɪkts] , [gɒd] [ænd; ənd] [self] ,

Oh	!	happy	is	the	mind	which	sees	but	two	objects	,	God	and	self	,
哦	！	快乐的	是	这	头脑	哪个	看到	但	二	对象	,	上帝	和	自己	,

啊！心中只有两个对象——上帝和自我——的心灵是多么幸福啊！

[wʌn] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [enˈræptʃəz] [ˌaɪ ˈtiː] [wɪð] [ə; eɪ] [ˈsɒvrɪn] [dɪˈlaɪt] ,

one	of	which	enraptures	it	with	a	sovereign	delight	,
一	的	哪个	陶醉	它	和	一个	主权	喜	,

其中之一令它欣喜若狂，如痴如醉。

[ænd; ənd] [ðə; ðɪ] [ˈʌðə(r)] [ˈaːbəs] [ˌaɪ ˈtiː] [tuː; tə] [ðə; ðɪ] [ɛkstɹˈɛməst] [æbˈdʒekʃən] . - .

and	the	other	abases	it	to	the	extremest	abjection	.	272	.
和	这	其他	基地	它	到	这	极端	落魄	.	-	.

而另一方则将其贬低到极度卑贱的地步。272.

[ɪf] [wɒt] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ˈduːɪŋ] [biː; bi] [ˈnesəsəri] , [ˈiːv(ə)n] [ðəʊ] [ˌaɪ ˈtiː] [dɪˈstrækt] [ˈaʊə(r)] [əˈtenʃ(ə)n]

If	what	we	are	doing	be	necessary	,	even	though	it	distract	our	attention
如果	什么	我们	是	正在做	是	必要的	,	甚至	尽管	它	转移	我们的	注意力

[frɒm; frəm] [gɒd] ,

from	God	,
从	上帝	,

如果我们所做的事情是必要的，即使这会分散我们对上帝的注意力，

[wiː; wi] [niːd] [nɒt] [biː; bi] [ˈtrʌbld] .

we	need	not	be	troubled	.
我们	需要	不是	是	麻烦	.

我们不必为此担忧。

[wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [tɔːt] [tuː; tə] [duː; də] [ɔːl] [ˈaʊə(r)] [ˈækʃ(ə)nz] [fɔː(r); fə(r)] [gɒd] ,

We	are	taught	to	do	all	our	actions	for	God	,
我们	是	教授	到	做	全部	我们的	行动	为了	上帝	,

我们被教导要为上帝而做一切事，

[ænd; ənd] [baɪ] [səʊ] [ˈduːɪŋ] [wiː; wi] [kiːp] [ɑːˈselvz] [ɪn] [hɪz; ɪz] [ˈprez(ə)ns] .

and	by	so	doing	we	keep	ourselves	in	his	presence	.
和	经过	所以	正在做	我们	保持	我们自己	在	他的	在场	.

这样做，我们就能让自己始终与他同在。

[bɪˈweə(r)] [ɒv; əv] [ˈθɪŋkɪŋ] [ˌaɪ ˈtiː] [ˈnesəsəri] [tuː; tə] [ˈɒfə(r)] [iːtʃ] [ˈækʃ(ə)n] [tuː; tə] [ˈaʊə(r)] [lɔːd] ,

Beware	of	thinking	it	necessary	to	offer	each	action	to	our	Lord	,
提防	的	思维	它	必要的	到	提供	每个	行动	到	我们的	主	,

要警惕认为每件事都必须献给主的想法。

[fɔː(r); fə(r)] [ðæt] [wʊd] [ˌɪntəˈfɪə(r)] [wɪð] [ðə; ðɪ] [sɪmˈplɪsəti] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈpræktɪs] [ɒv; əv] [ðə; ðɪ] [ˈprez(ə)ns]

for	that	would	interfere	with	the	simplicity	of	the	practice	of	the	Presence
为了	那	会	干扰	和	这	简单	的	这	实践	的	这	在场

[ɒv; əv] [gɒd] . - .

of	God	.	127273	.
的	上帝	.	-	.

因为那样会妨碍与神同在的简单实践。127273。

[əʊ] ! [ai] [preɪ] [juː; jʊ] , [duː; də] [nɒt] [fɔːl] ['ɪntuː] [ðə; ði] [fɔːlt] [ɒv; əv] [kən'sɪdərɪŋ] [ðə; ði] [ˌɪmpər'fekʃən]

Oh	!	I	pray	you	,	do	not	fall	into	the	fault	of	considering	the	imperfections
哦	！	我	祈祷	你	，	做	不是	落下	进入	这	过错	的	考虑	这	瑕疵

[ɒv; əv] ['ʌðə(r)z] ,

of	others	,
的	其他的	，

哦！我恳求你，不要陷入总是盯着别人缺点看的陷阱。

[fɔː(r); fə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [rɪ'tɑːd] [jɔː(r); jə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] ['veri] [mʌtʃ] [ænd; ənd] [wɪl] ['ɪndʒə(r)] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] .

for	it	will	retard	your	perfection	very	much	and	will	injure	your	soul	.
为了	它	将要	减速	你的	完美	非常	很多	和	将要	损伤	你的	灵魂	.

- .

274	.
-	.

因为它会大大阻碍你的完美，并且会伤害你的灵魂。274.

[maɪ] [dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , [wiː; wi] [mʌst; məst] [fleɪ] [ðə; ði] ['vɪktɪm] [ɪf] [wiː; wi] [wʊd] [hæv; həv] [ˌaɪ 'tiː]

My	dear	daughter	,	we	must	flay	the	victim	if	we	would	have	it
我的	亲爱的	女儿	，	我们	必须	剥皮	这	受害者	如果	我们	会	有	它

[ək'septəb(ə)l] [tuː; tə] [gɒd] .

acceptable	to	God	.
可接受	到	上帝	.

我亲爱的女儿，如果我们想让上帝接受，就必须剥下受害者的皮。

[ɪn] [ðə; ði] [əʊld] [lɔː] ,

In	the	Old	Law	,
在	这	老的	法律	，

在旧约中，

[gɒd] [wʊd] [ək'sept] [nəʊ] ['vɪktɪm] [æz; əz] [ə; eɪ] ['hɒləkɔːst] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [hæd; həd] [nɒt] [fɜːst] [biːn] [flei] ;

God	would	accept	no	victim	as	a	holocaust	if	it	had	not	first	been	flayed	;
上帝	会	接受	不	受害者	作为	一个	大屠杀	如果	它	有	不是	第一的	到过	剥皮	；

如果受害者没有先被剥皮，上帝就不会接受他作为大屠杀的受害者；

[ɪn] [laɪk] ['mænə(r)] ['aʊə(r)] [hɑːts] [kæn; kən] ['nevə(r)] [biː; bi] ['ɪməleɪtɪd] [ænd; ənd] ['sækrɪfaɪst] [tuː; tə] [gɒd]

in	like	manner	our	hearts	can	never	be	immolated	and	sacrificed	to	God
在	喜欢	方式	我们的	心	能	绝不	是	焚烧	和	牺牲	到	上帝

[ʌn'tɪl] [ðeɪ] [ʃæl; ʃəl] [hæv; həv] [biːn] [flei] ,

until	they	shall	have	been	flayed	,
直到	他们	将	有	到过	剥皮	，

同样，我们的心只有被剥皮之后，才能被献祭给上帝。

[strɪpt] [ɒv; əv] [ðeə(r)] [əʊld] [skɪn] , [ðæt] [ɪz] , of128

stripped	of	their	old	skin	,	that	is	,	of128
脱衣舞	的	他们的	老的	皮肤	，	那	是	，	of128

褪去了旧皮，也就是说，128

[ðeə(r)] ['hæbɪts] , [ˌinkli'neiʃən] , [ri'pʌgnəns] , [ænd; ənd] [suː'pɜːfluəs] [ə'fekʃən] . - .

their	habits	,	inclinations	,	repugnances	,	and	superfluous	affections	.	275	.
他们的	习惯	，	倾向	，	厌恶	，	和	多余	情感	.	-	.

他们的习惯、倾向、厌恶和多余的情感。275.

[æn; ən] [ækt] [ɒv; əv] [ˌmɔːtɪfɪ'keɪʃ(ə)n] [pə'fɔːmd] [wɪð] [greɪt] [rɪ'pʌgnəns] [ɪz] ['ɪnfɪnətli] ['suːtɪd; 'sjuːtɪd]

An	act	of	mortification	performed	with	great	repugnance	is	infinitely	suited
一个	行为	的	屈辱	执行	和	伟大的	厌恶	是	无限地	适合

[tuː; tə] ['strɒŋli] [əd'vɑːns] [juː; jʊ] [ɪn] [pə'fekʃ(ə)n] . - .

to	strongly	advance	you	in	perfection	.	276	.
到	强烈	进步	你	在	完美	.	-	.

极其厌恶地进行苦修，对提升你的完美程度大有裨益。276.

[maɪ] [dˈɔːtəz] , [duː; də][nɒt] [dɪˈpraɪv] [jɔːˈselvz] [ɒv; əv][ˈhəʊli] [kəˈmjuːniən] [bɪˈkəz; bɪˈkɒz][ɒv; əv]

My	daughters	,	do	not	deprive	yourselves	of	Holy	Communion	because	of
我的	女儿们	,	做	不是	剥夺	你们自己	的	圣	圣餐	因为	的

['bɪtənəs] [ɒv; əv] [hɑːt] ;

bitterness	of	heart	;
苦味	的	心	;

我的女儿们，不要因为心中的苦毒而拒绝领受圣餐；

[bʌt; bət] [wen] [juː; jʊ] [fiːl] [ˌaɪ ˈtiː][juː; jʊ][mʌst; məst] [drɔː] [nɪə(r)][tuː; tə][gɒd] ,

but	when	you	feel	it	you	must	draw	near	to	God	,
但	什么时候	你	感觉	它	你	必须	画	靠近	到	上帝	,

但当你感到这种情绪时，你必须亲近上帝。

[tuː; tə] [ˈstreŋ(k)θn] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ænd; ənd][juˈnaɪt][ˌaɪ ˈtiː][tuː; tə][hɪz; ɪz][ˈspɪrɪt][ɒv; əv] [ˈmiːknəs] .

to	strengthen	your	heart	and	unite	it	to	his	spirit	of	meekness	.
到	加强	你的	心	和	团结	它	到	他的	精神	的	谦逊	.

-

129277	.
-	.

使你的心刚强，并与他谦卑的精神合而为一。129277。

[tuː; tə] [preɪ] [ɪz][tuː; tə] [reɪz] [ðə; ði][maɪnd][tuː; tə][gɒd][ænd; ənd] [kənˈvɜːs] [wɪð] [hɪm] [kənˈsɜːnɪŋ] [ˈaʊə(r)]

To	pray	is	to	raise	the	mind	to	God	and	converse	with	Him	concerning	our
到	祈祷	是	到	增加	这	头脑	到	上帝	和	交谈	和	他	有关	我们的

['ɪntrəsts] [wɪð] [ə; eɪ] ['revərənt] [fəˌmɪliˈærəti] ,

interests	with	a	reverent	familiarity	,
兴趣	和	一个	虔诚的	熟悉	,

祈祷就是将心灵提升到上帝面前，以虔诚亲切的态度与祂谈论我们所关心的事情。

[ænd; ənd][ə; eɪ] ['kɒnfɪdəns] ['greɪtə(r)][ðæn; ðən][hæz; həz][ðə; ði][məʊst] ['petɪd] [tʃaɪld][ɪn][ɪts]['mʌðə(r)] ,

and	a	confidence	greater	than	has	the	most	petted	child	in	its	mother	,
和	一个	信心	更大的	比	有	这	最多	被宠爱	孩子	在	它是	母亲	,

比母亲最宠爱的孩子对母亲的信任还要强烈。

[ænd; ənd][tuː; tə] [tɔːk] [wɪð] [hɪm] [ɒv; əv][ɔːl] [θɪŋz] [bəuθ] [haɪ] [ænd; ənd] [ləʊ] ,

and	to	talk	with	Him	of	all	things	both	high	and	low	,
和	到	讲话	和	他	的	全部	事物	两个都	高的	和	低的	,

并与他谈论一切事，无论高低。

[ɒv; əv][ðə; ði] [θɪŋz] [ɒv; əv]['hev(ə)n][ænd; ənd][ðə; ði] [θɪŋz] [ɒv; əv] [ɜːθ] ;

of	the	things	of	heaven	and	the	things	of	earth	;
的	这	事物	的	天堂	和	这	事物	的	地球	;

天上的事和地上的事；

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][tuː; tə]['əʊpən] [wʌnz] [hɑːt] [tuː; tə][hɪm][ænd; ənd][pɔː(r)][ˌaɪ ˈtiː][aʊt] [ˌʌnrɪˈzɜːvɪdli] [tuː; tə][hɪm] ;

it	is	to	open	one's	heart	to	Him	and	pour	it	out	unreservedly	to	Him	;
它	是	到	打开	一个人的	心	到	他	和	倒	它	出去	毫无保留	到	他	;

这是向他敞开心扉，毫无保留地向他倾诉；

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][tuː; tə] [tel] [hɪm][ɒv; əv]['aʊə(r)] ['leɪbə(r)] , ['aʊə(r)][sɪnz] , ['aʊə(r)] [dɪˈzaɪr] ,

it	is	to	tell	Him	of	our	labours	,	our	sins	,	our	desires	,
它	是	到	告诉	他	的	我们的	劳动	,	我们的	罪孽	,	我们的	欲望	,

这是要向祂倾诉我们的劳作、罪过和欲望。

[ænd; ənd][ɔːl] [ðæt] [ɪz][ɪn]['aʊə(r)][səʊl] ,

and	all	that	is	in	our	soul	,
和	全部	那	是	在	我们的	灵魂	,

以及我们灵魂深处的一切，

[ænd; ənd][tuː; tə][faɪnd]['aʊə(r)][rest] [wɪð] [hɪm][æz; əz][wiː; wi] [wʊd] [wɪð] [ə; eɪ] [frend] .

and	to	find	our	rest	with	Him	as	we	would	with	a	friend	.
和	到	寻找	我们的	休息	和	他	作为	我们	会	和	一个	朋友	.

我们可以在祂那里找到安息，就像在朋友那里一样。

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz] [wɒt] [ðə; ði][ˈhəʊli][ˈskrɪptʃə(r)][kɔːlz] “ [ˈpɔːrɪŋ] [fɔːθ] [wʌnz] [hɑːt] [æz; əz][ˈwɔːtə(r)][bɪˈfɔː(r)] [hɪm]
It **is** **what** **the** **Holy** **Scripture** **calls** **“** **pouring** **forth** **one's** **heart** **as** **water** **before** **Him**
它 是 什么 这 圣 圣经 呼叫 “ 浇注 前进 一个人的 心 作为 水 前 他
. ” - .
. ” 130278 .
. ” - .

这就是圣经所说的“向他倾心如水”。130278。

[ɔːl] [ʃʊd; ʃəd] [sɜːv] [ˈtʃærəti] [ænd; ənd] [ˈtʃærəti] [ʃʊd; ʃəd] [sɜːv] [nəʊ][wʌn] , [nɒt][ˈiːv(ə)n][hɜː(r); hə(r)] [bɪˈlʌvɪd]
All **should** **serve** **charity** **and** **charity** **should** **serve** **no** **one** **,** **not** **even** **her** **Beloved**
全部 应该 服务 慈善机构 和 慈善机构 应该 服务 不 一 , 不是 甚至 她 心爱
,
,
,

所有人都应该服务于慈善事业，而慈善事业不应该服务于任何人，甚至不应该服务于她所爱的人。

[ɒv; əv] [huːm] [ʃiː; ʃi][ɪz][nɒt][ðə; ði] [ˈsɜːvənt] , [bʌt; bət][ðə; ði] [spaʊs] , [ænd; ənd][tuː; tə] [huːm] [ʃiː; ʃi] [əʊz]
of **whom** **she** **is** **not** **the** **servant** **,** **but** **the** **spouse** **,** **and** **to** **whom** **she** **owes**
的 谁 她 是 不是 这 仆人 , 但 这 配偶 , 和 到 谁 她 欠款
[lʌv] ,
love **,**
爱 ,

她不是他的仆人，而是他的配偶，她对他怀有爱意。

[nɒt] [ˈsɜːvɪs] . - .
not **service** **.** **279** **.**
不是 服务 . - .

不提供服务。279。

[biː; bi][ˈpeɪʃ(ə)nt] [wɪð] [jɔː(r); jə(r)][ˈtraɪəlz] ; [ˈaʊə(r)] [lɔːd] , [əˈlæs] !
Be **patient** **with** **your** **trials** **;** **our** **Lord** **,** **alas** **!**
是 病人 和 你的 试验 ; 我们的 主 , 唉 !

要耐心忍受你的考验；我们的主啊，唉！

[pəˈmɪts] [ðem; ðəm] [ðæt] [juː; jʊ] [meɪ] [wʌn] [deɪ] [nəʊ] [wɒt] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [wen] [left] [tuː; tə] [jɔːˈself]
permits **them** **that** **you** **may** **one** **day** **know** **what** **you** **are** **when** **left** **to** **yourself**
许可证 他们 那 你 可能 一 天 知道 什么 你 是 什么时候 左边 到 你自己
.
:
.

这让你有机会知道，有一天，当你完全独处时，你会变成什么样。

[duː; də][juː; jʊ][nɒt] [siː] [ðæt] [ðə; ði] [ˈtrʌb(ə)l] [ɒv; əv][ðə; ði] [deɪ] [ɪz] [ˈlaɪtə(r)] [ˈɑːftə(r)][ðə; ði] [rest] [ɒv; əv][ðə; ði]
Do **you** **not** **see** **that** **the** **trouble** **of** **the** **day** **is** **lighter** **after** **the** **rest** **of** **the**
做 你 不是 看 那 这 麻烦 的 这 天 是 打火机 后 这 休息 的 这
[naɪt] ?
night **?**
夜晚 ?

难道你看不出，经过一夜的安宁，白日的烦恼就减轻了许多吗?

[æn; ən] [ˈevɪdənt] [saɪn] [ðæt] [ˈaʊə(r)] [səʊl] [niːdz] [bʌt; bət][tuː; tə] [ˈfɜːmli] [rɪˈzaɪn] [ɪtˈself][tuː; tə][ɪts] [gɒd] , -
an **evident** **sign** **that** **our** **soul** **needs** **but** **to** **firmly** **resign** **itself** **to** **its** **God** **,** **131**
一个 明显 符号 那 我们的 灵魂 需求 但 到 牢牢 辞职 本身 到 它是 上帝 , -

一个显而易见的迹象表明，我们的灵魂只需要坚定地臣服于上帝即可。131

[ænd; ənd][tuː; tə] [bɪˈkʌm] [ɪnˈdɪfrənt] [tuː; tə] [ˈsɜːvɪŋ] [hɪm][əˈmɪd] [θɔːnz] [ɔː(r)][ˈrəʊzɪz] . - .
and **to** **become** **indifferent** **to** **serving** **Him** **amid** **thorns** **or** **roses** **.** **280** **.**
和 到 变得 冷漠 到 服务 他 之中 荆棘 或者 玫瑰 . - .

并且对在荆棘丛中或玫瑰丛中侍奉祂漠不关心。280.

[biː; bi][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [læm] , [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [dʌv] , [kwaɪt]['sɪmp(ə)l] , [swiːt] , [ænd; ənd]['eɪmiəb(ə)l] ,

Be	a	little	lamb	,	a	little	dove	,	quite	simple	,	sweet	,	and	amiable	,
是	一个	小的	羊肉	,	一个	小的	鸽子	,	相当	简单的	,	甜的	,	和	可亲	,

[ʌn'kwestʃənɪŋ] [ænd; ənd][fræŋk] .

unquestioning	and	frank	.
不加质疑	和	坦率	.

做一只小绵羊，一只小鸽子，简单、甜美、和蔼，不加质疑、坦诚直率。

[lʌv] [ðɪs] [gʊd] [gɒd] [huː] [lʌvz] [juː; jʊ][səʊ] [mʌtʃ] . - .

Love	this	good	God	who	loves	you	so	much	.	281	.
爱	这	好的	上帝	WHO	爱	你	所以	很多	.	-	.

爱这位如此爱你的良善的上帝。281.

[biː; bi][nɒt] [tuː] ['tendə(r)] [tə'wɔːdz] [jɔː'self] ; [ə'vɔɪd] ['wiːpɪŋ] [ænd; ənd] [kəm'pleɪnts] ;

Be	not	too	tender	towards	yourself	;	avoid	weeping	and	complaints	;
是	不是	也	投标	向	你自己	;	避免	哭泣	和	投诉	;

不要对自己太过温柔；避免哭泣和抱怨；

[ɪn'devə(r)] [tuː; tə][biː; bi] [friː] [ænd; ənd] [dɪ'tætʃt] [frɒm; frəm] [jɔː'self] ,

endeavour	to	be	free	and	detached	from	yourself	,
努力	到	是	自由的	和	分离的	从	你自己	,

努力做到自由，超脱于自我之外。

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][biː; bi] ['həʊlli] ['ʌndə(r)][ðə; ðɪ]['gaɪd(ə)ns] [ɒv; əv][gɑːdz][hænd] ,

in	order	to	be	wholly	under	the	guidance	of	God's	hand	,
在	命令	到	是	完全	在下面	这	指导	的	神的	手	,

为了完全处于上帝的指引之下，

[fɔː(r); fə(r)] [weə(r)] [hɪz; ɪz]['spɪrɪt][ɪz][ðeə(r)][ɪz]['ɔːlsəʊ] ['lɪbəti] . - .

for	where	his	spirit	is	there	is	also	liberty	.	132282	.
为了	在哪里	他的	精神	是	那里	是	还	自由	.	-	.

因为他的精神所在之处，也必有自由。132282。

[aɪ] [siː] [jɔː(r); jə(r)] ['tʃaɪldɪʃ] [tɪəz] [ænd; ənd] ['trʌb(ə)lz] .

I	see	your	childish	tears	and	troubles	.
我	看	你的	幼稚	眼泪	和	麻烦	.

我看到了你孩子气的眼泪和烦恼。

[nəʊ] , [ðen] , [ðæt] [ɔːl]['aʊə(r)] ['tʃaɪldɪʃnəs] ['kʌmz] [frɒm; frəm] [ðɪs] : [ðæt] [wiː; wi] [fə'get] [ðə; ðɪ]

Know	,	then	,	that	all	our	childishness	comes	from	this	:	that	we	forget	the
知道	,	然后	,	那	全部	我们的	童心	来	从	这	:	那	我们	忘记	这

['mæksɪmz][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [seɪnts] ,

maxims	of	the	saints	,
格言	的	这	圣徒	,

所以，要知道，我们所有的幼稚都源于此：我们忘记了圣人的格言。

[huː] [wɔːn] [juː 'es] [ðæt] [wiː; wi][mʌst; məst][ækt][æz; əz] [ɪf] [wiː; wi][wɜː(r); wə(r)] ['deɪli] [tuː; tə] [bɪ'gɪn] [ə'njuː]

who	warn	us	that	we	must	act	as	if	we	were	daily	to	begin	anew
WHO	警告	我们	那	我们	必须	行为	作为	如果	我们	是	日常的	到	开始	重新

[ðə; ðɪ]['leɪbə(r)][ɒv; əv]['aʊə(r)] [əd'vɑːnsmənt] ;

the	labour	of	our	advancement	;
这	劳动	的	我们的	进步	;

他们警告我们，我们必须像每天都要重新开始我们进步的劳动一样去行动；

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl][nɒt][biː; bi][səʊ] [mʌtʃ] [ə'stɒnɪʃt] [tuː; tə][faɪnd] ['mɪzəriz] [ænd; ənd] [fɔːlts] [tuː; tə] [kə'rekt]

we	shall	not	be	so	much	astonished	to	find	miseries	and	faults	to	correct
我们	将	不是	是	所以	很多	惊讶	到	寻找	苦难	和	故障	到	正确的

[ɪn] [ɑː'selvz] .

in	ourselves	.
在	我们自己	.

我们不应惊讶地发现自身存在需要改正的缺点和不足。

[ðə; ði] [wɜːk] [wiː; wi][hæv; həv] [ˌʌndə'teɪkən] [ɪz]['nevə(r)] ['fɪnɪʃt] ;

The	work	we	have	undertaken	is	never	finished	;
这	工作	我们	有	已	是	绝不	完成的	;

我们所承担的工作永无止境；

[wiː; wi][mʌst; məst] [kən'tɪnjuəli] [bɪ'gɪn]['əʊvə(r)][ə'gen] [wɪð] [ə; eɪ] [gʊd] [hɑːt] . - .

we	must	continually	begin	over	again	with	a	good	heart	.	283	.
我们	必须	持续	开始	超过	再次	和	一个	好的	心	.	-	.

我们必须不断地以一颗善良的心重新开始。283.

[ðeə(r)] [ɪz][ænd; ənd][kæn; kən][biː; bi] ['nʌθɪŋ] which133

There	is	and	can	be	nothing	which133
那里	是	和	能	是	没有什么	which133

不存在也不可能存在任何事物133

[ai] ['kænɒt] [duː; də] , [ɪnəz'mʌtʃ] [æz; əz][ai] [pleɪs] [ɔːl][maɪ] ['kɒnfɪdəns] [ɪn][gɒd] , [huː] [kæn; kən][duː; də][ɔːl]

I	cannot	do	,	inasmuch	as	I	place	all	my	confidence	in	God	,	who	can	do	all
我	不能	做	,	因此	作为	我	地方	全部	我的	信心	在	上帝	,	WHO	能	做	全部

[θɪŋz] ,

things	,
事物	,

我无法做到，因为我完全信赖上帝，祂无所不能。

[ænd; ənd] [wɪð] [ðɪs] ['kɒnfɪdəns] [ðə; ði][səʊl] [kə'reɪdʒəsli] [ˌʌndə'teik] [ɔːl] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [kə'mɑːnd]

and	with	this	confidence	the	soul	courageously	undertakes	all	that	it	is	commanded
和	和	这	信心	这	灵魂	勇敢地	承担	全部	那	它	是	命令

,

,

,

怀着这份自信，灵魂勇敢地接受一切它被赋予的使命。

[haʊ'evə(r)] ['dɪfɪkəlt] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] . - .

however	difficult	it	may	be	.	284	.
然而	难的	它	可能	是	.	-	.

然而，尽管这很困难。284.

[lɪv; laɪv] ['dʒɔɪəsli] , [maɪ] ['dɪərɪst] [d'ɔːtəz] , [ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)]['həʊli][ɒkjʊ'peɪʃ(ə)ns] .

Live	joyously	,	my	dearest	daughters	,	in	the	midst	of	your	holy	occupations	.
居住	欣喜地	,	我的	亲爱的	女儿们	,	在	这	中间	的	你的	圣	职业	.

我亲爱的女儿们，在你们神圣的职责中，要快乐地生活。

[wen] [ðə; ði] ['ætməsfɪə(r)] [ɪz] ['hevi] [ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][ə'rɪdəti] ,

When	the	atmosphere	is	heavy	in	the	midst	of	aridity	,
什么时候	这	气氛	是	重的	在	这	中间	的	干旱	,

在干旱的季节里，空气变得沉闷。

['leɪbə(r)] [ˌɪndɪ'pendəntli] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [baɪ][ðə; ði] ['præktɪs] [ɒv; əv][ə; eɪ]['həʊli][æb'dʒekʃən]

labour	independently	of	your	heart	by	the	practice	of	a	holy	abjection
劳动	独立	的	你的	心	经过	这	实践	的	一个	圣	落魄

[ænd; ənd][hjuː'mɪləti] . - .

and	humility	.	285	.
和	谦逊	.	-	.

通过实践神圣的卑微和谦卑，独立于你的内心而劳动。285.

[wiː; wi][ʃæl; ʃəl]['nevə(r)] [pə'zes] perfect134

We	shall	never	possess	perfect134
我们	将	绝不	具有	perfect134

我们永远无法拥有完美134

['swi:tnəs] [ænd; ənd] [kəm'pli:t] ['tʃærəti] , [ɪf] [ðeɪ] [bi:; bi][nɒt] ['eksəd] [ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv] [rɪ'pʌgnəns]
sweetness **and** **complete** **charity** **,** **if** **they** **be** **not** **exercised** **in** **spite** **of** **repugnance**
甜味 和 完全的 慈善机构 , 如果 他们 是 不是 锻炼 在 尽管如此 的 厌恶
, [ə'vɜ:ʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [dɪs'gʌst] .
, aversion , and disgust .
, 厌恶 , 和 厌恶 .

如果不能克服厌恶、反感和憎恶，就不能表现出温柔和完全的仁慈。

[tru:] [pi:s] [dʌz] [nɒt][kən'sɪst; 'kɒnsɪst][ɪn][nɒt] ['kɔmbətɪŋ] [bʌt; bət][ɪn] ['kɔŋkə] . - .
True peace does not consist in not combating but in conquering . 286 .
真的 和平 做 不是 由 在 不是 对抗 但 在 征服 . - .

真正的和平不在于不战斗，而在于战胜。286.

[ˌaɪ 'ti:][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi][ə; eɪ] [sɔ:s] [ɒv; əv] [hju:ˌmɪli'eɪʃn] [tu:; tə][ˌju: 'es] [ðæt] [wi:; wi][ɑ:(r); ə(r)][səʊ]['lɪt(ə)l]
It should be a source of humiliation to us that we are so little
它 应该 是 一个 来源 的 屈辱 到 我们 那 我们 是 所以 小的
['mɑ:stə(r)][ɒv; əv] [ɑ:'selvz] ,
master of ourselves ,
掌握 的 我们自己 ,

我们对自己如此缺乏掌控力，这应该让我们感到羞愧。

[ænd; ənd][səʊ][fɒnd][ɒv; əv]['aʊə(r)] [i:z] .
and so fond of our ease .
和 所以 喜爱 的 我们的 舒适 .

他们如此喜爱我们的安逸。

['aʊə(r)]['seɪvjə(r)][dɪd][nɒt] [kʌm] [tu:; tə] [si:k] [hɪz; ɪz] [i:z] [ɔ:(r)] ['kʌmfət] , ['aɪðə(r)]['spɪrɪtʃuəl][ɔ:(r)]
Our Saviour did not come to seek his ease or comfort , either spiritual or
我们的 救主 做过 不是 来 到 寻找 他的 舒适 或者 舒适 , 任何一个 精神 或者
['tempərəl] ,
temporal ,
颞 ,

我们的救主来到世上并非为了寻求安逸或舒适，无论是精神上的还是物质上的。

[bʌt; bət][tu:; tə][dɪ'naɪ] , [tu:; tə]['kɒmbæt][hɪm'self] , [ænd; ənd][tu:; tə][daɪ] . - .
but to deny , to combat Himself , and to die . 287 .
但 到 否定 , 到 战斗 他本人 , 和 到 死 . - .

但要否认祂，与祂对抗，并为此而死。287.

[du:; də][nɒt] [ə'laʊ] [jɔ:'self] [tu:; tə] [ji:ld] in135
Do not allow yourself to yield in135
做 不是 允许 你自己 到 屈服 in135

不要让自己屈服于135

['eni] [wei] [tu:; tə] ['sædnəs] , [wɪtʃ] [ɪz][ðə; ði] ['enəmi] [tu:; tə] [dɪ'vəʊʃn] .
any way to sadness , which is the enemy to devotion .
任何 方式 到 悲伤 , 哪个 是 这 敌人 到 虔诚 .

任何通往悲伤的道路，都是对虔诚的敌人。

[wɒt] , [ðen] , [ʃʊd; ʃəd] ['sædn] [ə; eɪ][səʊl] [wɪtʃ] [sɜ:rvz] [hɪm] [hu:] [ʃæl; ʃəl][bi:; bi]['aʊə(r)][dʒɔɪ][fər'evə(r)]
What , then , should sadden a soul which serves Him who shall be our joy forever
什么 , 然后 , 应该 悲伤 一个 灵魂 哪个 服务 他 WHO 将 是 我们的 喜悦 永远
? - .
? 288 .
? - .

那么，侍奉那将永远带给我们喜乐的主的灵魂，有什么可悲伤的呢？288.

['aʊə(r)] [lɔːd] [rɪ'viːld] [tuː; tə]['blesɪd; blest]['ændʒələ] [ðæt] [ðeə(r)][ɪz][nəʊ] [gʊd] [səʊ] ['pliːzɪŋ] [tuː; tə][hɪm]

Our	Lord	revealed	to	Blessed	Angela	that	there	is	no	good	so	pleasing	to	Him
我们的	主	揭晓	到	蒙福	安吉拉	那	那里	是	不	好的	所以	令人愉悦	到	他

[æz; əz] [ðæt] [wɪtʃ] [ɪz] [dʌn] [baɪ] [fɔːs] ;

as	that	which	is	done	by	force	;
作为	那	哪个	是	完毕	经过	力量	;

我们的主向真福安吉拉启示，没有什么比用武力所做的事情更令他喜悦；

[ðæt] [ɪz] ,

that	is	,
那	是	,

那是，

[ðə; ði] [gʊd] [wɪtʃ] [ə; eɪ] ['rezəluːt] [wɪl] [ɪ'fekts] [ænd; ənd] ['ɒfəz] [hɪm][baɪ] ['wɜːkɪŋ] [ə'genst] [ðə; ði]

the	good	which	a	resolute	will	effects	and	offers	Him	by	working	against	the
这	好的	哪个	一个	坚决	将要	效果	和	优惠	他	经过	在职的	反对	这

[weɪt] [ɒv; əv][ðə; ði] [fleʃ] ,

weight	of	the	flesh	,
重量	的	这	肉	,

坚定的意志力战胜肉体的欲望，从而成就并献给上帝的美善。

[ænd; ənd][ðə; ði] [ri'pʌgnəns] [ɪn][ðə; ði][ɪn'fɪəriə(r)] [pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði][səʊl] , [ænd; ənd][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv]

and	the	repugnances	in	the	inferior	part	of	the	soul	,	and	in	spite	of
和	这	厌恶	在	这	下	部分	的	这	灵魂	,	和	在	尽管如此	的

['sædnəs] ,

sadness	,
悲伤	,

以及灵魂深处的厌恶，尽管感到悲伤，

[ə'rɪdəti] , [ænd; ənd][ɪn'tɪəriə(r)] [ˌdesə'leɪʃn] . - .

aridity	,	and	interior	desolation	.	289	.
干旱	,	和	内部的	荒凉	.	-	.

干旱和内陆荒凉。289.

[wɒt] [kæn; kən][aɪ][seɪ][tuː; tə][juː; jʊ][ɒn][ðə; ði] [rɪ'tɜːn] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] ['mɪzəriz] , [seɪv] [ðæt] [æz; əz]

What	can	I	say	to	you	on	the	return	of	your	miseries	,	save	that	as
什么	能	我	说	到	你	在	这	返回	的	你的	苦难	,	节省	那	作为

the136

the136
the136

对于你们再次遭受的苦难，我还能说什么呢？除了说这是第136条之外。

['enəmi] [rɪ'tɜːnz] [wiː; wi][mʌst; məst] [rɪ'zjuːm] ['aʊə(r)] [ɑːmz] [ænd; ənd] [brɪŋ] [bæk] ['aʊə(r)] ['kʌrɪdʒ] ,

enemy	returns	we	must	resume	our	arms	and	bring	back	our	courage	,
敌人	返回	我们	必须	恢复	我们的	武器	和	带来	后退	我们的	勇气	,

敌人卷土重来，我们必须重拾武器，重拾勇气。

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [faɪt] [mɔː(r)] ['væliəntli] [ðæn; ðən]['evə(r)] ? - .

in	order	to	fight	more	valiantly	than	ever	?	290	.
在	命令	到	斗争	更多的	英勇地	比	曾经	?	-	.

为了比以往任何时候都更加英勇地战斗？290.

[bɪ'weə(r)][ɒv; əv] ['jiːldɪŋ] [tuː; tə]['eni][kaɪnd][ɒv; əv] [dɪs'trʌst] ,

Beware	of	yielding	to	any	kind	of	distrust	,
提防	的	屈服	到	任何	种类	的	怀疑	,

切勿屈服于任何形式的不信任。

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði] ['hev(ə)nli] ['gʊdnəs] [dʌz] [nɒt] [pə'mɪt] [juː; jʊ][tuː; tə][fɔːl][ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə][ə'bændən]

for	the	heavenly	goodness	does	not	permit	you	to	fall	in	order	to	abandon
为了	这	天上	善良	做	不是	允许	你	到	落下	在	命令	到	放弃

[juː; jʊ] ,

you	,
你	,

因为上天的慈爱不允许你堕落，以免抛弃你。

[bʌt; bət][tuː; tə]['hʌmb(ə)l][juː; jʊ] ,

but	to	humble	you	,
但	到	谦逊的	你	,

但为了让你谦卑，

[ænd; ənd] [tiːtʃ] [juː; jʊ][tuː; tə] [kiːp] [ə; eɪ]['fɜːmə(r)][ænd; ənd]['kləuzə(r)][həʊld][ɒv; əv][ðə; ði][hænd][ɒv; əv]

and	teach	you	to	keep	a	firmer	and	closer	hold	of	the	hand	of
和	教	你	到	保持	一个	更坚固	和	更近	抓住	的	这	手	的

[hɪz; ɪz] ['mɜːsi] . - .

his	mercy	.	291	.
他的	怜悯	.	-	.

并教导你们更牢牢、更紧密地抓住他的慈悲之手。291.

[wɒt] ['hæpinəs] [tuː; tə] [sɜːv] [gɒd][ɪn][ðə; ði] ['dezət] [wɪ'ðaʊt] ['mænə] , [wɪ'ðaʊt] ['wɔːtə(r)] , [wɪð] [nəʊ]

What	happiness	to	serve	God	in	the	desert	without	manna	,	without	water	,	with	no
什么	幸福	到	服务	上帝	在	这	沙漠	没有	吗哪	,	没有	水	,	和	不

[ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] [seɪv] that137

consolation	save	that137
安慰	节省	that137

在沙漠中侍奉上帝，没有吗哪，没有水，没有安慰，除了137之外，还有什么幸福呢?

[ɒv; əv] ['biːɪŋ] ['ʌndə(r)][hɪz; ɪz]['gaɪd(ə)ns] , [ænd; ənd] ['sʌfərɪŋ] [fɔː(r); fə(r)][hɪm] ! - .

of	being	under	his	guidance	,	and	suffering	for	Him	!	292	.
的	存在	在下面	他的	指导	,	和	痛苦	为了	他	!	-	.

在他的指导下，为他受苦！292.

[wen] [juː; jʊ] [miːt] [wɪð] [sʌm; səm][ˌkɒntrə'dɪkʃ(ə)n] ,

When	you	meet	with	some	contradiction	,
什么时候	你	见面	和	一些	矛盾	,

当你遇到矛盾时，

[teɪk] [jɔː(r); jə(r)] [ˌrezə'lʊʃən] [ænd; ənd] [pleɪs] [ðem; ðəm][ɪn][ðə; ði] [wuːndz] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] ,

take	your	resolutions	and	place	them	in	the	wounds	of	our	Lord	,
拿	你的	决议	和	地方	他们	在	这	伤口	的	我们的	主	,

将你的决心放在我们主的伤口上，

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

圣方济·沙雷氏一年中每一(Maxims and counsels of St.)
第3/3页

[ænd; ənd] [preɪ] [hɪm] [tuː; tə] [prɪ'zɜːv] [ðem; ðəm] [ænd; ənd] [juː; jʊ] [wɪð] [ðem; ðəm] ;

and	pray	Him	to	preserve	them	and	you	with	them	;
和	祈祷	他	到	保存	他们	和	你	和	他们	;

并祈求祂保佑他们，也保佑你和他们平安；

[ðen] [weɪt] [ɪn] [ðiːz] ['blesɪd; blest] [rɪ'triːts] [ʌn'tɪl] [ðə; ði] ['tempɪst] [hæz; həz] [pɑːst] . - .

then	wait	in	these	blessed	retreats	until	the	tempest	has	past	.	293	.
然后	等待	在	这些	蒙福	静修	直到	这	暴风雨	有	过去的	.	-	.

然后，在这些美好的避难所里等待，直到风暴过去。293.

[ðə; ði] [θrəʊz] [ænd; ənd] [pæŋ] [ɒv; əv] ['spɪrɪtʃuəl] [bɜːθ] [ɑː(r); ə(r)] ['peɪnf(ə)l] [tuː; tə] ['neɪtʃə(r)] ;

The	throes	and	pangs	of	spiritual	birth	are	painful	to	nature	;
这	阵痛	和	疼痛	的	精神	出生	是	痛苦	到	自然	;

精神诞生的阵痛对自然来说是痛苦的；

['aʊə(r)] [səʊlz] [mʌst; məst] [gɪv] [bɜːθ] [nɒt] ['ɪkstɪərɪəli] , [bʌt; bət] [ɪn'tɪrɪərli] [tuː; tə] [ðə; ði] ['swiːtɪst] , [ðə; ði]

our	souls	must	give	birth	not	exteriorly	,	but	interiorly	to	the	sweetest	,	the
我们的	灵魂	必须	给	出生	不是	外部	,	但	内部	到	这	最甜美的	,	这

most138

most138

most138

我们的灵魂必须在内在而非外在孕育出最甜蜜、最美好的事物。

['pliːzɪŋ] , [ðə; ði] [məʊst] ['bjuːtɪf(ə)l] [tʃaɪld] [ðæt] [kʊd; kəd] [biː; bi] [dɪ'zaɪəd] .

pleasing	,	the	most	beautiful	child	that	could	be	desired	.
令人愉悦	,	这	最多	美丽的	孩子	那	可以	是	想要的	.

令人愉悦，这是最令人梦寐以求的漂亮孩子。

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðə; ði] [gʊd] ['dʒiːzəs] [huːm] [wiː; wi] [mʌst; məst] [fɔːm] [wɪ'ðɪn] [ɑː'selvz] .

It	is	the	good	Jesus	whom	we	must	form	within	ourselves	.
它	是	这	好的	耶稣	谁	我们	必须	形式	之内	我们自己	.

我们必须在我们内心塑造的，是善良的耶稣。

['kʌrɪdʒ] !

Courage	!
勇气	!

勇气!

[wiː; wi] [mʌst; məst] ['sʌfə(r)] [mʌtʃ] [ðæt] [hiː; hi] [meɪ] [biː; bi] [bɔːn] [ɪn] [ˌjuː 'es] . - .

we	must	suffer	much	that	He	may	be	born	in	us	.	294	.
我们	必须	遭受	很多	那	他	可能	是	出生	在	我们	.	-	.

我们必须受很多苦，这样祂才能降生在我们里面。294.

[juː; jʊ] ['ɔːlweɪz] [ɪg'zæmɪn] [tuː] [mʌtʃ] [tuː; tə] [dɪ'skʌvə(r)] [wens] [jɔː(r); jə(r)] ['sædnəs] ['kɒmz] .

You	always	examine	too	much	to	discover	whence	your	sadness	comes	.
你	总是	检查	也	很多	到	发现	何处	你的	悲伤	来	.

你总是过度探究，试图找到悲伤的根源。

[wiː; wi] [mʌst; məst] [nɒt] [biː; bi] [səʊ] ['kjʊəriəs] [æz; əz] [tuː; tə] [wɪʃ] [tuː; tə] [nəʊ] [ðə; ði] [kɔːz] [ɒv; əv] [ðə; ði]

We	must	not	be	so	curious	as	to	wish	to	know	the	cause	of	the
我们	必须	不是	是	所以	好奇的	作为	到	希望	到	知道	这	原因	的	这

[daɪ'vɜːsəti] [ɒv; əv] [steɪts] [ɪn] [ðɪs] [laɪf] .

diversity	of	states	in	this	life	.
多样性	的	各州	在	这	生活	.

我们不应该过于好奇，想要了解世间各种状态出现的原因。

[ænd; ənd][ɪn] [wɒt] [weɪ] [ʃæl; ʃəl][wiː; wi] [ʃəʊ] ['aʊə(r)] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)][hɪm] [huː] ['sʌfəd] [səʊ] [mʌtʃ]

And	in	what	way	shall	we	show	our	love	for	Him	who	suffered	so	much
和	在	什么	方式	将	我们	展示	我们的	爱	为了	他	WHO	遭受	所以	很多

[fɔː(r); fə(r)][juː 'es] ,

for	us	,
为了	我们	,

我们该如何表达对那位为我们受了那么多苦难的主的爱呢?

[ɪf] [nɒt][baɪ] ['peɪʃntli] [ɪn'djʊərɪŋ] [ə'vəːʃən] , [ri'pʌgnəns] , [ænd; ənd] ['strʌglz] ? - .

if	not	by	patiently	enduring	aversions	,	repugnances	,	and	struggles	?	295	.
如果	不是	经过	耐心	持久	厌恶	,	厌恶	,	和	斗争	?	-	.

如果不是通过耐心忍受厌恶、反感和斗争呢? 295.

[wiː; wi][mʌst; məst][kɑːst]['aʊə(r)] [hɑːt] [ə'mʌŋ] the139

We	must	cast	our	heart	among	the139
我们	必须	投掷	我们的	心	之中	the139

我们必须将我们的心寄托于这139人之中。

[θɔːnz] [ɒv; əv] ['dɪfɪkəltɪz] , [ə'laʊ] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi] [træns'pɪrst] [wɪð] [ðə; ði] [lɑːns] [ɒv; əv]

thorns	of	difficulties	,	allow	it	to	be	transpierced	with	the	lance	of
荆棘	的	困难	,	允许	它	到	是	穿刺	和	这	槊	的

[kɒntrə'dɪkʃnz] ,

contradictions	,
矛盾	,

让困难的荆棘，让矛盾的长矛刺穿它。

[stiːpt] [wɪð] [gɔːl][ænd; ənd]['vɪnɪgə(r)] ; [ɪn][ə; eɪ] [wɜːd] , [fiːd] [ɒn] ['æbsɪnθ] [ænd; ənd] ['bɪtənəs] ,

steeped	with	gall	and	vinegar	;	in	a	word	,	feed	on	absinthe	and	bitterness	,
浸泡	和	瘿	和	醋	;	在	一个	单词	,	喂养	在	苦艾酒	和	苦味	,

[sɪns] [gɒd] [wɪlz] [ˌaɪ 'tiː] . - .

since	God	wills	it	.	296	.
自从	上帝	遗嘱	它	.	-	.

浸泡在苦胆和醋中；总之，要以苦艾酒和苦味为食，因为这是上帝的旨意。296.

[aɪ][dɪ'zaɪə(r)] [ðæt] [juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd] [kən'tɪnjuː] [ðə; ði]['eksəsaɪz][ɒv; əv] ['getɪŋ] [rɪd][ɒv; əv][self][baɪ]

I	desire	that	you	should	continue	the	exercise	of	getting	rid	of	self	by
我	欲望	那	你	应该	继续	这	锻炼	的	获得	摆脱	的	自己	经过

[ə'bændənɪŋ] [jɔː'self] [tuː; tə]['aʊə(r)] [lɔːd] ,

abandoning	yourself	to	our	Lord	,
放弃	你自己	到	我们的	主	,

我希望你们继续操练放下自我，全然委身于我们的主。

[tuː; tə][ðə; ði] [gaɪd] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][səʊl] .

to	the	guide	of	your	soul	.
到	这	指导	的	你的	灵魂	.

指引你灵魂的方向。

[seɪ] : “ [aɪ] ['ɜːnɪstli] [wɪʃ] [ˌaɪ 'tiː] , [lɔːd] ; [teə(r); tɪə] , [rest] [frɒm; frəm][ˌem 'iː] [wɪ'ðaʊt] [ˌhezɪ'teɪʃn] [ɔːl]

Say	:	“	I	earnestly	wish	it	,	Lord	;	tear	,	wrest	from	me	without	hesitation	all
说	:	“	我	切实	希望	它	,	主	;	撕	,	夺取	从	我	没有	犹豫	全部

[ðæt] ['bəːdən] [maɪ] [hɑːt] .

that	burdens	my	heart	.
那	负担	我的	心	.

说：“主啊，我恳切地祈求；请毫不犹豫地将我心中所有的重担撕裂、卸下。”

[aɪ] [ɪk'sept] ['nʌθɪŋ] ; [rest] [ˌem 'iː][frɒm; frəm][maɪ'self] !

I	except	nothing	;	wrest	me	from	myself	!
我	除了	没有什么	;	夺取	我	从	我	!

我别无所求；请将我从自我中解救出来!

[əʊ][self] !
O **self** **!**
哦 自己 !

哦，我自己!

[ai][ə'bændən] [ðiː] [fɔː(r); fə(r)]['evə(r)] . ” - .
I **abandon** **thee** **for** **ever** **.** **”** **297** **.**
我 放弃 你 为了 曾经 . ” - .

我永远抛弃你。”297.

[juː; jʊ][mʌst; məst][ə'baɪd][laɪk][ə; eɪ][pɔː(r); pʊə(r)] miserable140
You **must** **abide** **like** **a** **poor** **miserable140**
你 必须 遵守 喜欢 一个 贫穷的 miserable140

你必须像个可怜的140岁小孩一样遵守规矩。

['kriːtʃə(r)] [bɪ'fɔː(r)][ðə; ðɪ] [θrəʊn] [ɒv; əv][dɪ'vaɪn] ['mɜːsi] ,
creature **before** **the** **throne** **of** **Divine** **Mercy** **,**
生物 前 这 王座 的 神圣的 怜悯 ,

在神圣慈悲宝座前的受造物，

[ænd; ənd] [rɪ'meɪn] [ðeə(r)] ['həʊlli] [strɪpt] [ɒv; əv][ɔːl]['ækʃ(ə)n][ænd; ənd][ɒv; əv][ɔːl] [ə'fekʃn] [tuː; tə]
and **remain** **there** **wholly** **stripped** **of** **all** **action** **and** **of** **all** **affection** **to**
和 保持 那里 完全 脱衣舞 的 全部 行动 和 的 全部 感情 到
['kriːtʃəz] ,
creatures **,**
生物 ,

并且完全丧失了所有行动能力和对生物的所有感情，继续待在那里。

[ænd; ənd] [meɪk] [jɔː'self] [ɪn'dɪfrənt] [tuː; tə][ɔːl] [θɪŋz] . - .
and **make** **yourself** **indifferent** **to** **all** **things** **.** **298** **.**
和 制作 你自己 冷漠 到 全部 事物 . - .

让自己对一切事物漠不关心。298.

[haʊ] ['bjuːtɪf(ə)l] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə] [rɪ'naʊns] [ɪ'stiːm] [ɒv; əv][self] , [tuː; tə] [rɪ'naʊns] [wɒt] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)]
How **beautiful** **it** **is** **to** **renounce** **esteem** **of** **self** **,** **to** **renounce** **what** **we** **are**
如何 美丽的 它 是 到 放弃 尊重 的 自己 , 到 放弃 什么 我们 是
,
,
,

放弃自我尊崇，放弃我们本来的样子，是多么美好啊!

['aʊə(r)] [əʊn] [wɪl] , [ɔːl][kəm'pleɪs(ə)nsi][ɪn][ðə; ðɪ] ['kriːtʃə(r)] , [ænd; ənd] , [ɪn] [ʃɔːt] , [ɔːl][ɒv; əv][self] .
our **own** **will** **,** **all** **complacency** **in** **the** **creature** **,** **and** **,** **in** **short** **,** **all** **of** **self** **.**
我们的 自己的 将要 , 全部 自满 在 这 生物 , 和 , 在 短的 , 全部 的 自己 .

我们自身的意志，生物体的一切自满，简而言之，就是我们自身的一切。

[wiː; wi][mʌst; məst] ['beri] [ðɪs] ['hjuːmən][self][ɪn][æn; ən][ɪ'tɜːn(ə)l] [ə'bændənmənt] ,
We **must** **bury** **this** **human** **self** **in** **an** **eternal** **abandonment** **,**
我们 必须 埋葬 这 人类 自己 在 一个 永恒 放弃 ,

我们必须将这人性的自我埋葬在永恒的遗弃之中。

[ðæt] [wiː; wi] [meɪ] ['nevə(r)][mɔː(r)] [siː] [ɔː(r)] [nəʊ] [ˌaɪ 'tiː][æz; əz][wiː; wi][hæv; həv] [siːn] [ænd; ənd] [nəʊn]
that **we** **may** **never** **more** **see** **or** **know** **it** **as** **we** **have** **seen** **and** **known**
那 我们 可能 绝不 更多的 看 或者 知道 它 作为 我们 有 已见 和 已知
[ˌaɪ 'tiː] . - .
it **.** **299** **.**
它 . - .

以至于我们可能再也无法像以前那样看到或了解它了。299.

[ðə; ðɪ]['vɜːtjuːz] [wɪtʃ] [grəʊ] [ɪn] [prɒ'sperəti] [ɑː(r); ə(r)][ɒv; əv]['lɪt(ə)l]['vælјuː] ; [ðəʊz] which141
The **virtues** **which** **grow** **in** **prosperity** **are** **of** **little** **value** **;** **those** **which141**
这 美德 哪个 生长 在 繁荣 是 的 小的 价值 ; 那些 which141

在繁荣时期增长的美德价值甚微；那些在繁荣时期增长的美德价值甚微；141

[ɑː(r); ə(r)] [bɔːn] [ɪn][ðə; ðɪ] [mɪdst] [ɒv; əv] [əˈflikʃən] [ɑː(r); ə(r)] [strɒŋ] [ænd; ənd][fɜːm] .

are	born	in	the	midst	of	afflictions	are	strong	and	firm	.
是	出生	在	这	中间	的	苦难	是	强的	和	公司	.

生于苦难之中，则坚强不屈。

[ɪn] [ðɪs] [laɪf] [gɒd] [ˈjuːʒuəli; ˈjuːʒəli] [əˈlaʊz] [hɪz; ɪz] [ˈtʃɪldrən] [ænd; ənd] [ˈfeɪθf(ə)l] [ˈsɜːvənts] [ˈəʊnli][ðə; ðɪ]

In	this	life	God	usually	allows	his	children	and	faithful	servants	only	the
在	这	生活	上帝	通常	允许	他的	孩子们	和	忠实	仆人	仅有的	这

[ˈɒnə(r)] [ɒv; əv] [ˈsʌfərɪŋ] [mʌtʃ] [ænd; ənd] [ˈkæriɪŋ] [ðeə(r)] [krɒs] [ˈɑːftə(r)] [hɪm] . - .

honour	of	suffering	much	and	carrying	their	cross	after	Him	.	300	.
荣誉	的	痛苦	很多	和	携带	他们的	叉	后	他	.	-	.

在今生，上帝通常只允许他的儿女和忠实的仆人承受许多苦难，并背负自己的十字架跟随他。300

[ə; eɪ] [hɑːt] [ɪnˈdɪfrənt] [tuː; tə][ɔːl] [θɪŋz] [ɪz][laɪk][ə; eɪ][bɔːl][ɒv; əv][wæks][ɪn][ðə; ðɪ][hændz][ɒv; əv][gɒd] ,

A	heart	indifferent	to	all	things	is	like	a	ball	of	wax	in	the	hands	of	God	,
一个	心	冷漠	到	全部	事物	是	喜欢	一个	球	的	蜡	在	这	双手	的	上帝	,

一颗对万事万物漠不关心的心，就像上帝手中的一团蜡。

[ˈkeɪpəb(ə)l][ɒv; əv] [rɪˈsiːvɪŋ] [ɔːl][ðə; ðɪ] [ɪmˈpreʃnz] [ɒv; əv][hɪz; ɪz][ɪˈtɜːn(ə)l] [gʊd] [ˈpleʒə(r)] .

capable	of	receiving	all	the	impressions	of	his	eternal	good	pleasure	.
有能力的	的	接收	全部	这	印象	的	他的	永恒	好的	乐趣	.

能够感受到他永恒的喜悦。

[ˌaɪ ˈtiː] [dʌz] [nɒt] [pleɪs] [ɪts] [lʌv] [ɪn][ðə; ðɪ] [θɪŋz] [wɪtʃ] [gɒd] [wɪlz] [bʌt; bət][ɪn][ðə; ðɪ] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd]

It	does	not	place	its	love	in	the	things	which	God	wills	but	in	the	will	of	God
它	做	不是	地方	它是	爱	在	这	事物	哪个	上帝	遗嘱	但	在	这	将要	的	上帝

[wɪtʃ] [dɪˈkriːz] [ðem; ðəm] . - .

which	decrees	them	.	301	.
哪个	法令	他们	.	-	.

它不把爱放在上帝所愿意的事上，而是放在上帝所预定的事上的旨意上。301.

[tuː; tə] [bɪˈlɒŋ] [ˈhəʊlli] [tuː; tə][gɒd] [seɪ] [əˈdjuː] [tuː; tə][ɔːl] [ðæt] [ɪz][nɒt] [gɒd] . - .

To	belong	wholly	to	God	say	adieu	to	all	that	is	not	God	.	142302	.
到	属于	完全	到	上帝	说	再见	到	全部	那	是	不是	上帝	.	-	.

要完全属于上帝，就要告别一切不属于上帝的事物。142302.

[ə; eɪ][ˈmɒnəst(ə)ri][ɪz][æn; ən][əˈkædəmi][ɒv; əv][strɪkt] [kəˈrekʃn] , [weə(r)] [iːtʃ] [wʌn][ʃʊd; ʃəd] [əˈlaʊ]

A	monastery	is	an	academy	of	strict	correction	,	where	each	one	should	allow
一个	修道院	是	一个	学院	的	严格的	更正	,	在哪里	每个	一	应该	允许

[hɪmˈself][tuː; tə][biː; bi] [ˈtriːtɪd] ,

himself	to	be	treated	,
他自己	到	是	治疗	,

修道院是一所严格管教的学院，每个人都应该接受管教。

[pleɪnd] , [ænd; ənd] [ˈpɒlɪʃt] [səʊ] [ðæt] [ɔːl][ðə; ðɪ] [ˈæŋglz] [ˈbiːɪŋ] [ɪˈfeɪst] [hiː; hi] [meɪ] [biː; bi][dʒɔɪnd] ,

planed	,	and	polished	so	that	all	the	angles	being	effaced	he	may	be	joined	,
计划	,	和	抛光	所以	那	全部	这	角度	存在	抹去	他	可能	是	加入	,

刨平打磨，使所有棱角都被抹去，以便他可以连接在一起。

[juˈnaɪtɪd] , [ænd; ənd] [ˈfɑːsənd] [tuː; tə][ðə; ðɪ] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd] . - .

united	,	and	fastened	to	the	will	of	God	.	303	.
团结的	,	和	系紧	到	这	将要	的	上帝	.	-	.

团结一致，并顺服上帝的旨意。303.

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][æn; ən][ˈevɪdənt][saɪn][ɒv; əv] [pəˈfekʃ(ə)n] [tuː; tə] [wɪʃ] [tuː; tə][biː; bi] [kəˈrektɪd] ,

It	is	an	evident	sign	of	perfection	to	wish	to	be	corrected	,
它	是	一个	明显	符号	的	完美	到	希望	到	是	已更正	,

渴望被纠正，这显然是完美主义的标志。

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði]['prɪnsəp(ə)l][fruːt][ɒv; əv][hjuː'mɪlətɪ][ɪz][tuː; tə] [ʃəʊ] [ˌjuː 'es][ðə; ði] [niːd] [wiː; wi][hæv; həv]

for	the	principal	fruit	of	humility	is	to	show	us	the	need	we	have
为了	这	主要的	水果	的	谦逊	是	到	展示	我们	这	需要	我们	有

[ɒv; əv] [kə'rekʃn] . - .

of	correction	.	304	.
的	更正	.	-	.

谦卑的主要果实是让我们认识到自己需要改正。304.

[dʌz] [gɒd] [lʊk] [ə'pɒn][juː; jʊ] [wɪð] [lʌv] ?

Does	God	look	upon	you	with	love	?
做	上帝	看	之上	你	和	爱	?

上帝是否以爱的目光看待你?

[wɒt] [ə; eɪ]['sʌbdʒɪkt][tuː; tə][biː; bi][ɪn] [daʊt] [ə'baʊt] !

What	a	subject	to	be	in	doubt	about	!
什么	一个	主题	到	是	在	怀疑	关于	!

这真是个值得怀疑的问题!

[ɪn][hɪz; ɪz] ['gʊdnəs] [hiː; hi] [lʊks] [daʊn] [wɪð] [lʌv] [ə'pɒn][ðə; ði][məʊst] terrible143

In	his	goodness	He	looks	down	with	love	upon	the	most	terrible143
在	他的	善良	他	看起来	向下	和	爱	之上	这	最多	terrible143

祂以祂的仁慈俯视着最可怕的人143

['sɪnə(r)] , [hæv; həv][hiː; hi]['nevə(r)][səʊ]['lɪt(ə)l] [truː] [dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə][biː; bi] [kən'vɜːtɪd] . - .

sinner	,	have	he	never	so	little	true	desire	to	be	converted	.	305	.
罪人	,	有	他	绝不	所以	小的	真的	欲望	到	是	转换	.	-	.

罪人啊，难道他没有丝毫悔改的愿望吗? 305.

[wen] [ʃæl; ʃəl][wiː; wi] [bɪ'kʌm] ['həʊlli] [ded] [tuː; tə] [ɑː'selvz] [ɪn][ðə; ði] [saɪt] [ɒv; əv][gɒd] ,

When	shall	we	become	wholly	dead	to	ourselves	in	the	sight	of	God	,
什么时候	将	我们	变得	完全	死的	到	我们自己	在	这	视线	的	上帝	,

我们何时才能在上帝面前彻底放下自我?

[ænd; ənd][lɪv; laɪv] [ðæt] [njuː] [laɪf][ɪn] [wɪtʃ] [wiː; wi][ʃæl; ʃəl][nəʊ][lɒŋgə(r)] [wɪʃ] [tuː; tə][duː; də] ['eniθɪŋ]

and	live	that	new	life	in	which	we	shall	no	longer	wish	to	do	anything
和	居住	那	新的	生活	在	哪个	我们	将	不	更长	希望	到	做	任何事物

[ɒv; əv] [ɑː'selvz] ,

of	ourselves	,
的	我们自己	,

然后过上那种全新的生活，在那种生活中，我们不再希望自己做任何事情。

[bʌt; bət] [liːv] [gɒd][tuː; tə][duː; də][ɔːl] [ðæt] [hiː; hi] [wɪl] [θruː] [ˌjuː 'es] ,

but	leave	God	to	do	all	that	He	will	through	us	,
但	离开	上帝	到	做	全部	那	他	将要	通过	我们	,

但要让上帝通过我们成就祂所要成就的一切。

[ænd; ənd][let][hɪz; ɪz] ['lɪvɪŋ] [wɪl] [ækt][ə'pɒn]['aʊəz] , ['həʊlli] [ded] [ɪn][hɪz; ɪz] [lʌv] ? - .

and	let	his	living	will	act	upon	ours	,	wholly	dead	in	his	love	?	306	.
和	让	他的	活的	将要	行为	之上	我们的	,	完全	死的	在	他的	爱	?	-	.

让他的生前意志作用于我们，我们却因他的爱而完全死去? 306.

['dʒiːzəs]['aʊə(r)] [hɑːt] , ['aʊə(r)] [hɑːt] [ɒv; əv] [hɑːts] , ['lʌvɪŋli] ['wɒtʃɪz] ['əʊvə(r)][ˌjuː 'es] . - .

Jesus	our	Heart	,	our	Heart	of	Hearts	,	lovingly	watches	over	us	.	307	.
耶稣	我们的	心	,	我们的	心	的	红心	,	深情地	手表	超过	我们	.	-	.

耶稣，我们的心，我们的心之所系，慈爱地守护着我们。307。

[rest] [jɔː(r); jə(r)]['spɪrɪt][ə'pɒn][ðə; ði][stəʊn] [wɪtʃ] [wɒz; wəz] [ˌreprɪ'zentɪd] [baɪ][ðə; ði] one144

Rest	your	spirit	upon	the	stone	which	was	represented	by	the	one144
休息	你的	精神	之上	这	石头	哪个	曾是	代表	经过	这	one144

让你的灵魂安息在石头上，这石头由144代表。

[bɪ'niːθ] [ðə; ði] [hed] [ɒv; əv]['dʒeɪkəb] ,
beneath **the** **head** **of** **Jacob** **,**
下面 这 头 的 雅各布 ,

在雅各的头下，

[fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðə; ði] [seɪm] [ə'pɒn] [wɪtʃ] [ˌes 'tiː] . [dʒɒn] [ri'pəuz] [ɒn][ðə; ði] [deɪ] [wen] [hɪz; ɪz]
for **it** **is** **the** **same** **upon** **which** **St** **.** **John** **reposed** **on** **the** **day** **when** **his**
为了 它 是 这 相同的 之上 哪个 英石 . 约翰 安息 在 这 天 什么时候 他的
['mɑːstə(r)] ['mænɪfestɪd] [ðə; ði] [ɪk'ses] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] [lʌv] . - .
Master **manifested** **the** **excess** **of** **his** **love** **.** **308** **.**
掌握 表现出来 这 过量的 的 他的 爱 . - .

因为圣约翰在主显明他无限的爱的那一天，就安睡在这同一块石头上。308.

[bɪ'həʊld][ˌes 'tiː] . ['piːtə(r)] ; [fɪə(r)][ɪz][ə; eɪ]['greɪtə(r)]['iːv(ə)l][ðæn; ðən][ðə; ði]['iːv(ə)l] [wɪtʃ] [ɪz] [fɪəd] ;
Behold **St** **.** **Peter** **;** **fear** **is** **a** **greater** **evil** **than** **the** **evil** **which** **is** **feared** **;**
看哪 英石 . 彼得 ; 害怕 是 一个 更大的 邪恶的 比 这 邪恶的 哪个 是 害怕 ;

请看圣彼得所说的话；恐惧比人们所恐惧的邪恶更大；

[ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [hæv; həv] [kɔːzd] [hɪm][tuː; tə] ['perɪʃ] [ɪn][ðə; ði] ['wɔːtəz] [hæd; həd][nɒt][hɪz; ɪz]['mɑːstə(r)]
it **would** **have** **caused** **him** **to** **perish** **in** **the** **waters** **had** **not** **his** **Master**
它 会 有 导致 他 到 沦 在 这 水 有 不是 他的 掌握
[seɪvd] [hɪm] .
saved **him** **.**
已保存 他 .

若非他的主人救了他，他早已葬身水中。

[əʊ] ! [tʃaɪld][ɒv; əv]['lɪt(ə)l] [feɪθ] , [fɪə(r)][nɒt] !
Oh **!** **child** **of** **little** **faith** **,** **fear** **not** **!**
哦 ! 孩子 的 小的 信仰 , 害怕 不是 !

哦！缺乏信心的孩子，不要害怕!

[juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] ['wɔːkɪŋ] [ɒn][ðə; ði] ['wɔːtəz] , [ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][ðə; ði][wɪnd][ænd; ənd] [weɪvz] ,
You **are** **walking** **on** **the** **waters** **,** **in** **the** **midst** **of** **the** **wind** **and** **waves** **,**
你 是 步行 在 这 水 , 在 这 中间 的 这 风 和 波浪 ,

你行走在水面上，置身于风浪之中。

[bʌt; bət][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [wɪð] ['dʒiːzəs] ; [ɪf] [fɪə(r)] ['siːzɪz] [juː; jʊ][kraɪ] ['laʊdli] , “ [lɔːd] , [seɪv] [ˌem 'iː][ɔː(r)][ai]
but **it** **is** **with** **Jesus** **;** **if** **fear** **seizes** **you** **cry** **loudly** **,** **“** **Lord** **,** **save** **me** **or** **I**
但 它 是 和 耶稣 ; 如果 害怕 逮捕 你 哭 高声 , “ 主 , 节省 我 或者 我
['perɪʃ] !
perish **!**
沦 !

但耶稣却不一样；如果你感到恐惧，就大声呼求：“主啊，救我，否则我必灭亡！”

” [hiː; hi] [wɪl] [ɪk'stend][hɪz; ɪz][hænd][tuː; tə][juː; jʊ] ; [klɑːsp][ˌaɪ 'tiː]['fɜːmli] [ænd; ənd][gəʊ][ɒn] ['dʒɔɪəsli] . - .
” **He** **will** **extend** **his** **hand** **to** **you** **;** **clasp** **it** **firmly** **and** **go** **on** **joyously** **.** **309** **.**
” 他 将要 延长 他的 手 到 你 ; 搭扣 它 牢牢 和 去 在 欣喜地 . - .

“他会向你伸出手；紧紧握住他的手，欢欢喜喜地前行。309.

[jes] , [ə'bændənmənt] [tuː; tə][gɒd][ɪn] interior145
Yes **,** **abandonment** **to** **God** **in** **interior145**
是的 , 放弃 到 上帝 在 interior145

是的，内心完全交托给上帝145

[ænd; ənd][ɪk'stɪəriə(r)] ['sʌfərɪŋ] [ɪz] ['eksələnt] .
and **exterior** **suffering** **is** **excellent** **.**
和 外部的 痛苦 是 出色的 .

外在的苦难是极好的。

[əʊ] ! [haʊ] [gʊd] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][lɪv; laɪv][bʌt; bət][ɪn][gɒd] , [tuː; tə] [wɜːk] [bʌt; bət][ɪn][gɒd] ,
Oh **!** **how** **good** **it** **is** **to** **live** **but** **in** **God** **,** **to** **work** **but** **in** **God** **,**
哦 ! 如何 好的 它 是 到 居住 但 在 上帝 , 到 工作 但 在 上帝 ,

哦！在神的指引下生活，在神的指引下工作，是多么美好啊！

[tuː; tə] [rɪˈdʒɔɪs] [bʌt; bət] [ɪn] [gɒd] . - .

to	rejoice	but	in	God	.	310	.
到	麾	但	在	上帝	.	-	.

喜乐，但要喜乐，只喜乐在上帝里。310.

[wen] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ɪn] [daʊt] [ɒv; əv] [nɒt] [ˈhævɪŋ] [dʌn] [ˈaʊə(r)] [ˈdjuːti] , [ɔː(r)] [ɒv; əv] [ˈhævɪŋ] [əˈfendɪd] [gɒd] ,

When	we	are	in	doubt	of	not	having	done	our	duty	,	or	of	having	offended	God	,
什么时候	我们	是	在	怀疑	的	不是	拥有	完毕	我们的	责任	,	或者	的	拥有	被冒犯了	上帝	,

当我们怀疑自己是否尽到了责任，或者是否冒犯了上帝时，

[wiː; wi] [mʌst; məst] [ˈhʌmb(ə)l] [ɑːˈselvz] , [beg] [gɒd] [tuː; tə] [fəˈgɪv] [ˌjuː ˈes] , [ænd; ənd] [stɑːt] [əˈfreʃ] .

we	must	humble	ourselves	,	beg	God	to	forgive	us	,	and	start	afresh	.
我们	必须	谦逊的	我们自己	,	求	上帝	到	原谅	我们	,	和	开始	重新	.

我们必须谦卑己身，祈求上帝宽恕，重新开始。

[pjʊə(r)] [lʌv] [ɒv; əv] [gɒd] [sez] [tuː; tə] [ˌjuː ˈes] : “ [ʌnˈfeɪθfl] [wʌn] , [ˈhʌmb(ə)l] [ðaɪˈself] , [rɪˈlaɪ] [əˈpɒn] [ðə; ði] [ˈmɜːsi] [ɒv; əv] [gɒd] ,

Pure	love	of	God	says	to	us	:	“	Unfaithful	one	,	humble	thyself	,	rely	upon	the	mercy	of	God	,
纯的	爱	的	上帝	说道	到	我们	:	“	不忠	一	,	谦逊的	你自己	,	依靠	之上	这	怜悯	的	上帝	,

上帝纯粹的爱对我们说：“不忠的人啊，要谦卑自己，信赖上帝的慈悲。”

[ɑːsk] [ˈpɑːd(ə)n] , [ænd; ənd] [ˈɑːftə(r)] [rɪˈnjuːd] [ˈprɒmɪsɪz] [ɒv; əv] [fɪˈdeləti] [ænd; ənd] [lʌv] ,

ask	pardon	,	and	after	renewed	promises	of	fidelity	and	love	,
问	赦免	,	和	后	更新	承诺	的	忠诚	和	爱	,

请求原谅，并在再次承诺忠诚和爱之后，

[kənˈtɪnjuː] [ɒn] [ɪn] [ðə; ði] [pəˈsjuːt] [ɒv; əv] [ðaɪ] [pəˈfekʃ(ə)n] . ” - .

continue	on	in	the	pursuit	of	thy	perfection	.	”	311	.
继续	在	在	这	追逐	的	你的	完美	.	”	-	.

继续追求你的完美。”311。

[ai] [mʌst; məst] [tel] [juː; jʊ] [ðæt] [juː; jʊ] [ɑː(r); ə(r)] now146

I	must	tell	you	that	you	are	now146
我	必须	告诉	你	那	你	是	now146

我必须告诉你，你现在是146岁了。

[ded] [tuː; tə] [ðə; ði] [wɜːld] .

dead	to	the	world	.
死的	到	这	世界	.

与世隔绝。

[ðɪs] [ɪz] [ə; eɪ] [pɑːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈhɒləkɔːst] ; [ðeə(r)] [rɪˈmeɪn] [tuː] [ˈʌðə(r)] [pɑːts] ,

This	is	a	part	of	the	holocaust	;	there	remain	two	other	parts	,
这	是	一个	部分	的	这	大屠杀	;	那里	保持	二	其他	部分	,

这是大屠杀的一部分；还有另外两部分。

[wʌn] [ɒv; əv] [wɪtʃ] [ɪz] [tuː; tə] [rɪˈmuːv] [ðə; ði] [skɪn] [ɒv; əv] [ðə; ði] [ˈvɪktɪm] , [daɪˈvestɪŋ] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɒv; əv] [self] ,

one	of	which	is	to	remove	the	skin	of	the	victim	,	divesting	your	heart	of	self	,
一	的	哪个	是	到	消除	这	皮肤	的	这	受害者	,	撤资	你的	心	的	自己	,

其中之一是剥去受害者的皮，剥夺你的自我。

[ˈkʌtɪŋ] [ɒf] [ɔː(r)] [ˈgetɪŋ] [rɪd] [ɒv; əv] [ɔːl] [ðə; ði] [ɪmˈpreʃnz] [ɒv; əv] [ˈneɪtʃə(r)] [ænd; ənd] [ɒv; əv] [ˈkriːtʃəz] ;

cutting	off	or	getting	rid	of	all	the	impressions	of	nature	and	of	creatures	;
切割	离开	或者	获得	摆脱	的	全部	这	印象	的	自然	和	的	生物	;

切断或消除所有自然和生物的印象；

[ænd; ənd][ðə; ði]['ʌðə(r)] , [tuː; tə] [bɜːn] [ænd; ənd] [rɪ'djuːs] [jɔː(r); jə(r)][self] - [lʌv] [tuː; tə] ['æʃɪz] ,

and	the	other	,	to	burn	and	reduce	your	self	-	love	to	ashes	,
和	这	其他	,	到	烧伤	和	减少	你的	自己	-	爱	到	灰烬	,

而另一种方式，则是将你的自爱焚烧殆尽，化为灰烬。

[ænd; ənd][tuː; tə] [kən'vɜːt] [jɔː(r); jə(r)] [həʊl] [səʊl]['ɪntuː] [fleɪmz] [ɒv; əv] ['hev(ə)nli] [lʌv] . - .

and	to	convert	your	whole	soul	into	flames	of	heavenly	love	.	312	.
和	到	转变	你的	所有的	灵魂	进入	火焰	的	天上	爱	.	-	.

并将你的整个灵魂转化为天国之爱的火焰。312.

[juː; jʊ][ʃʊd; ʃəd][biː; bi] [pə'tɪkjələli] ['keəf(ə)l][tuː; tə] [liːn] ['həʊlli] [tuː; tə][ðə; ði][saɪd][ɒv; əv][hjuː'mɪləti] ,

You	should	be	particularly	careful	to	lean	wholly	to	the	side	of	humility	,
你	应该	是	特别	小心	到	倾斜	完全	到	这	边	的	谦逊	,

你尤其应该注意要完全倾向于谦逊。

[sɪns] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][səʊ] [mʌtʃ] [ɪn'klaɪnd][tuː; tə][praɪd][ænd; ənd][self] - [ɪ'stiːm] . - .

since	you	are	so	much	inclined	to	pride	and	self	-	esteem	.	313	.
自从	你	是	所以	很多	倾斜	到	自豪	和	自己	-	尊重	.	-	.

因为你非常骄傲自尊。313.

[let] [juː 'es]['hʌmb(ə)l] [ɑː'selvz] [ænd; ənd] speak147

Let	us	humble	ourselves	and	speak147
让	我们	谦逊的	我们自己	和	speak147

让我们谦卑下来，畅所欲言。

[ɒv; əv]['aʊə(r)] [wuːndz] [ænd; ənd] ['mɪzəriz] [æt; ət][ðə; ði][dɔː(r)][ɒv; əv][ðə; ði]['temp(ə)l][ɒv; əv][dɪ'vaɪn]['paɪəti]

of	our	wounds	and	miseries	at	the	door	of	the	temple	of	divine	piety
的	我们的	伤口	和	苦难	在	这	门	的	这	寺庙	的	神圣的	虔诚

;

;

;

我们在神圣虔诚的殿堂门口，倾诉我们的伤痛和苦难；

[bʌt; bət][rɪ'membə(r)][tuː; tə] [ʃəʊ] [ðem; ðəm] [wɪð] [dʒɔɪ] ,

but	remember	to	show	them	with	joy	,
但	记住	到	展示	他们	和	喜悦	,

但记住要带着喜悦的心情去表达他们。

[ænd; ənd][biː; bi] ['pɜːfɪktli] ['hæpi] [tuː; tə] [ə'pɪə(r)] [ɪn] [wɒnt][ænd; ənd] [di'spɔil] [ɒv; əv][ɔːl] [θɪŋz] ,

and	be	perfectly	happy	to	appear	in	want	and	despoiled	of	all	things	,
和	是	完美	快乐的	到	出现	在	想	和	掠夺	的	全部	事物	,

他们甘愿显得一无所有、衣衫褴褛。

[ɪn]['ɔːdə(r)] [ðæt] ['aʊə(r)] [lɔːd] [meɪ] [fɪl] [juː; jʊ] [wɪð] [hɪz; ɪz] [greɪs] . - .

in	order	that	our	Lord	may	fill	you	with	his	grace	.	314	.
在	命令	那	我们的	主	可能	充满	你	和	他的	优雅	.	-	.

好使我们的主以他的恩典充满你们。314.

[biː; bi] [swiːt] [ænd; ənd]['æfəb(ə)l][tuː; tə][ɔːl] [ɪk'sept] [tuː; tə] [ðəʊz] [huː] [wʊd] [teɪk] [frɒm; frəm] [ðiː] [ðaɪ]

Be	sweet	and	affable	to	all	except	to	those	who	would	take	from	thee	thy
是	甜的	和	和蔼可亲	到	全部	除了	到	那些	WHO	会	拿	从	你	你的

['glɔːri] ,

glory	,
荣耀	,

要对所有人和蔼可亲，唯独对那些想要夺走你荣耀的人例外。

[wɪtʃ] [ɪz][ðaɪ] ['mɪzəri] [ænd; ənd][ðaɪ] ['æbsəluːt] ['pɒvəti] : “ [aɪ]['glɔːri][ɪn][maɪ] [in'fəːməti] ,

which	is	thy	misery	and	thy	absolute	poverty	:	“	I	glory	in	my	infirmities	,
哪个	是	你的	苦难	和	你的	绝对	贫困	:	“	我	荣耀	在	我的	弱点	,

这就是你的苦难和你的绝对贫困：“我以我的软弱为荣，

" [sez] [ðə; ði] [ə'pɒsl] ; " [ˌaɪ 'tiː][ɪz] [gʊd] [fɔː(r); fə(r)][ˌem 'iː][tuː; tə][daɪ] ,

"	says	the	Apostle	;	"	it	is	good	for	me	to	die	,
"	说道	这	使徒	;	"	它	是	好的	为了	我	到	死	,

使徒说："我死了是与我有益的。"

['rɑːðə(r)][ðæn; ðən] [ðæt] ['eni][mæn][ʃʊd; ʃəd] [meɪk] [maɪ]['glɔːri] [vɔɪd] .

rather	than	that	any	man	should	make	my	glory	void	.
相当	比	那	任何	男人	应该	制作	我的	荣耀	空白	.

宁愿任何人都无法使我的荣耀黯然失色。

" [siː] , [hiː; hi] [wʊd] ['rɑːðə(r)][daɪ][ðæn; ðən] [luːz] [hɪz; ɪz] [in'fəːməti] . - .

"	See	,	he	would	rather	die	than	lose	his	infirmities	.	148315	.
"	看	,	他	会	相当	死	比	失去	他的	弱点	.	-	.

"你看，他宁愿死也不愿失去他的疾病。"148315。

[jes] , [juː; jʊ][mʌst; məst] [kiːp] [jɔː(r); jə(r)] ['mɪzəri] [ænd; ənd] ['ləʊlinɪs] , [fɔː(r); fə(r)][gɒd] [lʊks] [daʊn] [ə'pɒn][ˌaɪ 'tiː] .

Yes	,	you	must	keep	your	misery	and	lowliness	,	for	God	looks	down	upon	it	.
是的	,	你	必须	保持	你的	苦难	和	卑贱	,	为了	上帝	看起来	向下	之上	它	.

是的，你必须保持你的痛苦和卑微，因为上帝会鄙视它们。

[men] [lʊk] [æt; ət][ðə; ði][ɪk'stɪəriə(r)] , [gɒd] [lʊks] [æt; ət][ðə; ði] [hɑːt] ;

Men	look	at	the	exterior	,	God	looks	at	the	heart	;
男人	看	在	这	外部的	,	上帝	看起来	在	这	心	;

人看外表，神看内心；

[ɪf] [hiː; hi] [siːz] [ðə; ði] ['ləʊlinɪs] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [hiː; hi] [wɪl] [gɪv] [ˌjuː 'es] [greɪt] ['greɪsɪz] .

if	He	sees	the	lowliness	of	your	heart	He	will	give	us	great	graces	.
如果	他	看到	这	卑贱	的	你的	心	他	将要	给	我们	伟大的	恩典	.

如果祂看到你内心的谦卑，祂会赐予你莫大的恩典。

[ðɪs] [hjuː'mɪləti] [prɪ'zɜːvz] ['tʃæstəti] ;

This	humility	preserves	chastity	;
这	谦逊	果酱	贞洁	;

这种谦逊能使人保持贞洁；

[ðæt] [ɪz] [waɪ] [ðə; ði] [səʊl] [ɒv; əv][ðə; ði] [spaʊs] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ði] ['lɪli] [ɒv; əv][ðə; ði] ['væli] . - .

that	is	why	the	soul	of	the	spouse	is	called	the	Lily	of	the	Valley	.	316	.
那	是	为什么	这	灵魂	的	这	配偶	是	称为	这	百合	的	这	谷	.	-	.

这就是为什么配偶的灵魂被称为铃兰的原因。316.

[kiːp] [jɔː'self] ['dʒɔɪəsli] ['hʌmb(ə)l][bɪ'fɔː(r)] [gɒd] , [bʌt; bət] [meɪn'teɪn] [æn; ən] ['iːkwəli] ['dʒɔɪəs] [hjuː'mɪləti] [bɪ'fɔː(r)][ðə; ði] [wɜːld] .

Keep	yourself	joyously	humble	before	God	,	but	maintain	an	equally	joyous	humility	before	the	world	.
保持	你自己	欣喜地	谦逊的	前	上帝	,	但	维持	一个	同样地	欢乐	谦逊	前	这	世界	.

在神面前要保持喜乐的谦卑，在世人面前也要保持同样的喜乐的谦卑。

[biː; bi] ['veri] [glæd] [ðæt] [men] [meɪk] [nəʊ] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv][juː; jʊ] .

Be	very	glad	that	men	make	no	account	of	you	.
是	非常	高兴的	那	男人	制作	不	帐户	的	你	.

你应该庆幸男人根本不把你当回事。

[ɪf] [juː; jʊ][hæv; həv][ðeə(r)] [ɪ'stiːm] [lɑːf] [æt; ət][ˌaɪ 'tiː] ['dʒɔɪəsli] ; [ɪf] [ðeɪ] [ɪ'stiːm] [juː; jʊ][nɒt] , [kən'səʊl] yourself149

If	you	have	their	esteem	laugh	at	it	joyously	;	if	they	esteem	you	not	,	console	yourself149
如果	你	有	他们的	尊重	笑	在	它	欣喜地	;	如果	他们	尊重	你	不是	,	安慰	yourself149

如果得到他们的尊重，就欣然大笑；如果他们不尊重你，就安慰自己吧。

[ðæt] , [æz; əz] [rɪ'gɑ:dz] [ju:; jʊ][æt; ət] [li:st] , [ðə; ði] [wɜ:ld] ['dʒʌdʒɪz]['tru:li] . - .

that	,	as	regards	you	at	least	,	the	world	judges	truly	.	317	.
那	,	作为	问候	你	在	至少	,	这	世界	法官	真的	.	-	.

至少就你而言，世人会做出公正的评判。317.

[ai][ˌeɪ 'em]['tru:li][laɪk] [ðəʊz] ['fɑ:ðəz] [hu:] ['nevə(r)]['taɪə(r)] ['spi:kɪŋ] [wɪð] [ðeə(r)] ['tʃɪldrən] [ɒv; əv] [mi:nz]

I	am	truly	like	those	fathers	who	never	tire	speaking	with	their	children	of	means
我	是	真的	喜欢	那些	父亲们	WHO	绝不	胎	请讲	和	他们的	孩子们	的	方法

[fɔ:(r); fə(r)][ðeə(r)] [əd'vɑ:nsmənt] .

for	their	advancement	.
为了	他们的	进步	.

我真像那些父亲一样，总是不厌其烦地和孩子们谈论他们未来发展的道路。

[bʌt; bət] [wɒt] [ʃæl; ʃəl][aɪ] [seɪ] [tu:; tə][ju:; jʊ][tu:; tə] [ðɪs] [end] ?

But	what	shall	I	say	to	you	to	this	end	?
但	什么	将	我	说	到	你	到	这	结尾	?

但是，我该如何向你们解释这一切呢?

[bi:; bi] ['ɔ:lweɪz] ['veri] ['ləʊli] ; ['hʌmb(ə)l] [jɔ:'self] [mɔ:(r)][ænd; ənd][mɔ:(r)] ['evri] [deɪ] .

Be	always	very	lowly	;	humble	yourself	more	and	more	every	day	.
是	总是	非常	卑微的	;	谦逊的	你自己	更多的	和	更多的	每一个	天	.

要时刻保持谦卑；每天都要更加谦卑一些。

[ðɪs] [ɪz] [tru:] ['greɪtnəs] . - .

This	is	true	greatness	.	318	.
这	是	真的	伟大	.	-	.

这才是真正的伟大。318。

[ai][hæv; həv] ['gɒtn] [ðə; ði]['hæbɪt][ɒv; əv] [ˌrekə'mendɪŋ] [ɔ:l] [hu:] [ə'dres] [ðəm'selvz] [tu:; tə][ˌem 'i:]

I	have	gotten	the	habit	of	recommending	all	who	address	themselves	to	me
我	有	获得	这	习惯	的	推荐	全部	WHO	地址	他们自己	到	我

[tu:; tə][lɪft][ʌp][ðeə(r)] [hɑ:ts] ,

to	lift	up	their	hearts	,
到	举起	向上	他们的	心	,

我已经养成了一种习惯，那就是建议所有向我求助的人都要敞开心扉。

[æz; əz][ðə; ði] [tʃɜ:tʃ] [telz] [ˌju: 'es][ɪn][ðə; ði]['həʊli]['sækrɪfaɪs][ɒv; əv][ðə; ði] [mæs] .

as	the	Church	tells	us	in	the	Holy	Sacrifice	of	the	Mass	.
作为	这	教会	讲述	我们	在	这	圣	牺牲	的	这	大量的	.

正如教会在弥撒圣祭中告诉我们的那样。

[ə; eɪ] [hɑ:t] [ðʌs] ['dʒenərəsli] ['lɪftɪd] [ʌp] [ɪz] ['ɔ:lweɪz] ['hʌmb(ə)l] ,

A	heart	thus	generously	lifted	up	is	always	humble	,
一个	心	因此	慷慨地	抬起	向上	是	总是	谦逊的	,

一颗如此慷慨高昂的心，总是谦卑的。

[fɔ:(r); fə(r)][ˌaɪ 'ti:][ɪz] [ɪ'stæblɪʃt] [ɪn] [tru:θ] [ænd; ənd][nɒt][ɪn]['vænəti] ; -

for	it	is	established	in	truth	and	not	in	vanity	;	150
为了	它	是	已确立的	在	真相	和	不是	在	虚荣	;	-

因为它建立在真理之上，而非虚妄之上；150

[ˌaɪ 'ti:][ɪz] [swi:t] [ænd; ənd] ['pi:sf(ə)l] , [fɔ:(r); fə(r)][ˌaɪ 'ti:] [meɪks] [nəʊ] [ə'kaʊnt] [ɒv; əv] [wɒt] [kʊd; kəd]

it	is	sweet	and	peaceful	,	for	it	makes	no	account	of	what	could
它	是	甜的	和	和平	,	为了	它	制作	不	帐户	的	什么	可以

['trʌb(ə)l] [ˌaɪ 'ti:] . - .

trouble	it	.	319	.
麻烦	它	.	-	.

它甜美而宁静，因为它不计较任何可能扰乱它的事情。319.

[wen] [ai] [seɪ] [ðæt] [ðə; ði] [hɑ:t] [ɪz] [swi:t] [ænd; ənd] ['pi:sf(ə)l] ,

When	I	say	that	the	heart	is	sweet	and	peaceful	,
什么时候	我	说	那	这	心	是	甜的	和	和平	,

当我说内心是甜蜜而平静的时候，

[ai][duː; də][nɒt] [miːn] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt]['sʌfə(r)][ænd; ənd] [fiːl] [ə'flɪkʃ(ə)n] .

I	do	not	mean	that	it	does	not	suffer	and	feel	affliction	.
我	做	不是	意思是	那	它	做	不是	遭受	和	感觉	痛苦	.

我的意思并不是说它不会遭受痛苦和悲伤。

[nəʊ] , ['sɜːt(ə)nli] , [ai][duː; də][nɒt] [seɪ] [ðæt] ; [bʌt; bət][ai] [seɪ] [ðæt] [ˌaɪ 'tiː] [miːts] ['sʌfərɪŋz] ,

No	,	certainly	,	I	do	not	say	that	;	but	I	say	that	it	meets	sufferings	,
不	,	当然	,	我	做	不是	说	那	;	但	我	说	那	它	满足	苦难	,

不，当然，我不是那个意思；但我认为它能带来苦难。

['traɪəlz] , [ænd; ənd] [ˌtrɪbju'leɪʃnz] [wɪð] [sʌtʃ] [ə; eɪ] [strɒŋ] [wɪl] [tuː; tə][beə(r)][ðem; ðəm][fɔː(r); fə(r)][gɒd] ,

trials	,	and	tribulations	with	such	a	strong	will	to	bear	them	for	God	,
试验	,	和	苦难	和	这样的	一个	强的	将要	到	熊	他们	为了	上帝	,

他以如此坚强的意志，为了上帝忍受了种种考验和磨难。

[ðæt] [ɔːl][ɪts] ['bɪtənəs] [ɪz] [fʊl] [ɒv; əv] [piːs] [ænd; ənd] [træŋ'kwɪləti] . - .

that	all its	bitterness	is	full	of	peace	and	tranquillity	.	320	.
那	全部它是	苦味	是	满的	的	和平	和	宁静	.	-	.

它所有的苦涩都充满了和平与宁静。320.

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [greɪt] [pɑːt] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] [tuː; tə][beə(r)] [wɪð] [wʌn][ə'nʌðə(r)][ɪn]['aʊə(r)]

It	is	a	great	part	of	our	perfection	to	bear	with	one	another	in	our
它	是	一个	伟大的	部分	的	我们的	完美	到	熊	和	一	其他	在	我们的

[ˌɪmpər'fekʃən] .

imperfections	.
瑕疵	.

能够彼此包容彼此的不完美，是我们完美品质的重要组成部分。

[haʊ] [kæn; kən][wiː; wi] , [ɪn][fækt] , ['præktɪs] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)]['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] , [ɪf] [nɒt][baɪ] [ðɪs]

How	can	we	,	in	fact	,	practise	love	for	our	neighbour	,	if	not	by	this
如何	能	我们	,	在	事实	,	实践	爱	为了	我们的	邻居	,	如果	不是	经过	这

[fɔː'beərəns] ? - .

forbearance	?	151321	.
宽容	?	-	.

如果我们不通过这种宽容来实践对邻人的爱，我们又该如何实践呢？151321。

['aʊə(r)] [hɑːt] [mʌst; məst][biː; bi][kaɪnd][ænd; ənd]['dʒent(ə)l] [tə'wɔːdz] ['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] , [ænd; ənd] [fʊl]

Our	heart	must	be	kind	and	gentle	towards	our	neighbour	,	and	full
我们的	心	必须	是	种类	和	温和的	向	我们的	邻居	,	和	满的

[ɒv; əv] [ə'fekʃn] [fɔː(r); fə(r)][hɪm] ,

of	affection	for	him	,
的	感情	为了	他	,

我们必须心怀善意和温柔地对待邻居，并对他充满爱意。

[pə'tɪkjələli] [wen] [hiː; hi][ɪz] ['wɪərisəm] [ænd; ənd] [dɪs'pliːzɪŋ] [tuː; tə][ˌjuː 'es] ,

particularly	when	he	is	wearisome	and	displeasing	to	us	,
特别	什么时候	他	是	令人厌倦的	和	令人不快	到	我们	,

尤其当他让我们感到厌烦和不快的时候。

[fɔː(r); fə(r)] [ðen] [wiː; wi][faɪnd] ['nʌθɪŋ] [ɪn][hɪm][tuː; tə] [meɪk] [ˌjuː 'es] [lʌv] [hɪm][bʌt; bət] [rɪ'spekt] [fɔː(r); fə(r)]

for	then	we	find	nothing	in	him	to	make	us	love	him	but	respect	for
为了	然后	我们	寻找	没有什么	在	他	到	制作	我们	爱	他	但	尊重	为了

['aʊə(r)]['seɪvjə(r)] . - .

our	Saviour	.	322	.
我们的	救主	.	-	.

因为那样我们就发现，除了敬畏我们的救主之外，他身上没有任何东西能让我们爱他。322.

[ɪf] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [biː; bi][ɪn] ['hev(ə)n] [ðə; ði][wɪndz; waɪndz][ɒv; əv][ðə; ði] [ɜːθ] ['kænɒt] [muːv] [ˌaɪ 'tiː] .

If	your	heart	be	in	heaven	the	winds	of	the	earth	cannot	move	it	.
如果	你的	心	是	在	天堂	这	风	的	这	地球	不能	移动	它	.

如果你的心在天堂，世间的风也无法撼动它。

[nəʊ]['ækʃ(ə)n][ɒv; əv][ðə; ði] [wɜːld] [kæn; kən] [hɑːm] [hɪm] [huː] [hæz; həz] [ri'nauns] [ðə; ði] [wɜːld] . - .

No	action	of	the	world	can	harm	him	who	has	renounced	the	world	.	323	.
不	行动	的	这	世界	能	伤害	他	WHO	有	放弃	这	世界	.	-	.

世间任何事物都无法伤害已经遁世的人。323.

[spiːk] [ɒv; əv] [jɔː'self] [æz; əz]['lɪt(ə)l][æz; əz]['pɒsəb(ə)l] ; [ðɪs] [ai] [tel] [juː; jʊ] ['ɜːnɪstli] ;

Speak	of	yourself	as	little	as	possible	;	this	I	tell	you	earnestly	;
说话	的	你自己	作为	小的	作为	可能的	;	这	我	告诉	你	切实	;

尽量少谈论自己；我郑重地告诉你们这一点；

[rɪ'membə(r)][ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd] [peɪ] [ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə][ˌaɪ 'tiː] .

remember	it	and	pay	attention	to	it	.
记住	它	和	支付	注意力	到	它	.

记住它，并注意它。

[ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)] [ɪm'pɜːfɪkt] , ['hʌmb(ə)l] [jɔː'self] [ænd; ənd][duː; də][nɒt] [spiːk] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] . - .

If	you	are	imperfect	,	humble	yourself	and	do	not	speak	of	it	.	152324	.
如果	你	是	不完善	,	谦逊的	你自己	和	做	不是	说话	的	它	.	-	.

如果你不完美，就谦卑自己，不要谈论它。152324。

[wiː; wi][mʌst; məst][daɪ] [bɪ'twiːn] [ðə; ði] [tuː] ['piləuz] [ɒv; əv][hjuː'mɪləti][ænd; ənd] ['kɒnfɪdəns] . - .

We	must	die	between	the	two	pillows	of	humility	and	confidence	.	325	.
我们	必须	死	之间	这	二	枕头	的	谦逊	和	信心	.	-	.

我们必须死在谦逊和自信这两个枕头之间。325.

[wiː; wi][mʌst; məst]['fɔːtɪfaɪ]['aʊə(r)] ['kʌrɪdʒ] , [ænd; ənd]['nevə(r)] [gɪv] [ʌp][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][ɒv; əv]['ɒbstək(ə)lz] ,

We	must	fortify	our	courage	,	and	never	give	up	because	of	obstacles	,
我们	必须	强化	我们的	勇气	,	和	绝不	给	向上	因为	的	障碍	,

[bʌt; bət] [faɪt] ['væliəntli] ,

but	fight	valiantly	,
但	斗争	英勇地	,

我们必须增强勇气，绝不因困难而放弃，而要英勇战斗。

[ə'stɒnɪʃt] ['naɪðə(r)][æt; ət][ðə; ði]['nʌmbə(r)][ɒv; əv]['aʊə(r)] ['enəmɪz] [nɔː(r)][ðə; ði] [djʊ'reɪʃn] [ɒv; əv][ðə; ði]

astonished	neither	at	the	number	of	our	enemies	nor	the	duration	of	the
惊讶	两者都不	在	这	数字	的	我们的	敌人	也不	这	期间	的	这

['strʌg(ə)l] . - .

struggle	.	326	.
斗争	.	-	.

既不惊讶于敌人的数量，也不惊讶于斗争的持续时间。326.

[lɔːd] , [kə'mɑːnd] [maɪ] [səʊl] [ɔːl] [ðæt] [ðaʊ] [wɪlt] , [ænd; ənd] [gɪv] [ˌem 'iː] [streŋθ] [tuː; tə] [ə'beɪ] .

Lord	,	command	my	soul	all	that	Thou	wilt	,	and	give	me	strength	to	obey	.
主	,	命令	我的	灵魂	全部	那	你	枯萎	,	和	给	我	力量	到	服从	.

主啊，求你命令我的灵魂，成就你的旨意，并赐给我力量去顺服。

[ðaʊ] [hæst] [bɪ'gʌn] [ɪn][ˌem 'iː][ðə; ði] [wɜːk] [ɒv; əv][maɪ] [pə'fekʃ(ə)n] ,

Thou	hast	begun	in	me	the	work	of	my	perfection	,
你	哈斯特	开始	在	我	这	工作	的	我的	完美	,

你已经在我里面开始了成全我的工作，

[ænd; ənd][ai][kæn; kən]['nevə(r)] [daʊt] [ðæt] [ðaɪ] ['gʊdnəs] [wɪl] [ə'tʃiːv] [ˌaɪ 'tiː] , [ɪf] [ai] ['feɪθfəli] [ˌsiː 'əʊ]

and	I	can	never	doubt	that	thy	goodness	will	achieve	it	,	if	I	faithfully	co
和	我	能	绝不	怀疑	那	你的	善良	将要	达到	它	,	如果	我	忠实	合作

- ['ɒpəreɪt] [wɪð] [ðiː] . - .

-	operate	with	Thee	.	327	.
-	操作	和	汝	.	-	.

我丝毫不怀疑，只要我忠实地与你合作，你的仁慈必能成就此事。327.

[ɪn] [wɒt] [duː; də][juː; jʊ] [θɪŋk] [ðə; ði] greatness153

In	what	do	you	think	the	greatness153
在	什么	做	你	思考	这	greatness153

你认为伟大之处在哪里？153

[ɒv; əv] ['kʌrɪdʒ] [kən'sɪsts] ?
of **courage** **consists** **?**
的 勇气 由 ?

勇气的本质是什么?

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ɪn][ðə; ði][hjuː'mɪləti][ɒv; əv] ['kʌrɪdʒ] ,
It **is** **in** **the** **humility** **of** **courage** **,**
它 是 在 这 谦逊 的 勇气 ,

那是勇气中的谦逊,

[ænd; ənd] [jɔːz] [wɪl] [biː; bi]['greɪtə(r)][ɪn] [prə'pɔːʃ(ə)n] [tuː; tə][ðə; ði][hjuː'mɪləti][ɪn] [wɪtʃ] [juː; jʊ] [pə'zes]
and **yours** **will** **be** **greater** **in** **proportion** **to** **the** **humility** **in** **which** **you** **possess**
和 你的 将要 是 更大的 在 部分 到 这 谦逊 在 哪个 你 具有
[ˌaɪ 'tiː] ,
it **,**
它 ,

你越谦逊,你的成就就越大。

[ðæt] [ɪz] , [ɪn] [prə'pɔːʃ(ə)n] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)]['lɪt(ə)l] [ɪ'stiːm] [ɒv; əv] [jɔː'self] . - .
that **is** **,** **in** **proportion** **to** **your** **little** **esteem** **of** **yourself** **.** **328** **.**
那 是 , 在 部分 到 你的 小的 尊重 的 你自己 . - .

也就是说,这与你对自己的自尊心成正比。328.

[rɪ'kɔːl] [tuː; tə][maɪnd][ðə; ði] [wɜːdz] [səʊ]['ædmərəbli] [ɪm'prest] [ə'pɒn][ðə; ði] [hɑːts] [ɒv; əv][ðə; ði]
Recall **to** **mind** **the** **words** **so** **admirably** **impressed** **upon** **the** **hearts** **of** **the**
记起 到 头脑 这 字 所以 令人钦佩地 印象深刻 之上 这 心 的 这
[ə'pɔsəlz] [baɪ]['aʊə(r)]['seɪvjə(r)] :
apostles **by** **our** **Saviour** **:**
使徒 经过 我们的 救主 :

请牢记救主深深铭刻在使徒心中的话语:

“ [ən'les] [juː; jʊ][biː; bi] [kən'vɜːtɪd] [ænd; ənd] [bɪ'kʌm] [æz; əz]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] ,
“ **Unless** **you** **be** **converted** **and** **become** **as** **little** **children** **,**
“ 除非 你 是 转换 和 变得 作为 小的 孩子们 ,

“除非你们回转,变成小孩子的样式,

[juː; jʊ][ʃæl; ʃəl][nɒt]['entə(r)]['ɪntuː][ðə; ði] ['kɪŋdəm] [ɒv; əv]['hev(ə)n] .
you **shall** **not** **enter** **into** **the** **kingdom** **of** **heaven** **.**
你 将 不是 进入 进入 这 王国 的 天堂 .

你们必不得进入天国。

” ['verɪli] , [ɪf] [wiː; wi] [wʊd] [ə'teɪn] [pə'fekʃ(ə)n] [wiː; wi][mʌst; məst][biː; bi][laɪk]['lɪt(ə)l] ['tʃɪldrən] [ɪn]['aʊə(r)]
” **Verily** **,** **if** **we** **would** **attain** **perfection** **we** **must** **be** **like** **little** **children** **in** **our**
” 确实 , 如果 我们 会 达到 完美 我们 必须 是 喜欢 小的 孩子们 在 我们的
['kʌrɪdʒ] ,
courage **,**
勇气 ,

“的确,如果我们想要达到完美,我们的勇气必须像小孩子一样。”

[ðæt] [ɪz] , ['hʌmb(ə)l] , ['dʒent(ə)l] , ['dəʊsaɪl] , [ænd; ənd] ['iːzəli] [tɜːnd] [tuː; tə]['eni] [p'ɜːpəsɪz] . - .
that **is** **,** **humble** **,** **gentle** **,** **docile** **,** **and** **easily** **turned** **to** **any** **purposes** **.** **154329** **.**
那 是 , 谦逊的 , 温和的 , 温顺 , 和 容易地 转向 到 任何 目的 . - .

也就是说,谦卑、温和、顺从,容易被驱使去做任何事。154329。

[ɪf] [juː; jʊ] [spiːk] , [spiːk] [ɒv; əv][gɒd] ; [ɪf] [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)]['saɪlənt] , [spiːk] [tuː; tə][gɒd] . - .
If **you** **speak** **,** **speak** **of** **God** **;** **if** **you** **are** **silent** **,** **speak** **to** **God** **.** **330** **.**
如果 你 说话 , 说话 的 上帝 ; 如果 你 是 沉默的 , 说话 到 上帝 . - .

如果说话,就谈论上帝;如果沉默,就向上帝说话。330

[ai] [wʊd] ['rɑːðə(r)][biː; bi][ə; eɪ] [næt] [baɪ][ðə; ðɪ] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd][ðæn; ðən][ə; eɪ] ['serəf] [baɪ][maɪ] [əʊn] .

I	would	rather	be	a	gnat	by	the	will	of	God	than	a	seraph	by	my	own	.
我	会	相当	是	一个	小飞虫	经过	这	将要	的	上帝	比	一个	炽天使	经过	我的	自己的	.

- .

331	.
-	.

我宁愿遵从上帝的旨意做一只蚊子，也不愿遵从自己的意愿做一位天使。331.

['aʊə(r)]['dʒent(ə)lnəs] [wɪð] ['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] [mʌst; məst][biː; bi] ['kærid] [tuː; tə] [ɪk'striːm] , ['iːv(ə)n][tuː; tə]

Our	gentleness	with	our	neighbour	must	be	carried	to	extreme	,	even	to
我们的	温柔	和	我们的	邻居	必须	是	携带	到	极端	,	甚至	到

['fuːlɪʃnəs] ,

foolishness	,
愚蠢	,

我们对邻居的温柔必须做到极致，甚至达到愚蠢的地步。

[ænd; ənd][wiː; wi][mʌst; məst]['nevə(r)] [rɪ'tælieɪt] ; [bɪ'liːv] [ˌem 'iː] , [ɪf] [wiː; wi] [luːz] ['sʌmθɪŋ] [baɪ] [ðɪs] ,

and	we	must	never	retaliate	;	believe	me	,	if	we	lose	something	by	this	,
和	我们	必须	绝不	报复	;	相信	我	,	如果	我们	失去	某物	经过	这	,

我们绝不能报复；相信我，如果我们因此蒙受损失，

['aʊə(r)] [lɔːd] [wɪl] [meɪk] [ˌaɪ 'tiː][ʌp] [ˌels'weə(r)] . - .

our	Lord	will	make	it	up	elsewhere	.	332	.
我们的	主	将要	制作	它	向上	别处	.	-	.

我们的主会在别处弥补的。332.

['kʌrɪdʒ] , [maɪ] ['veri] [dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] : [bɪ'həʊld]

Courage	,	my	very	dear	daughter	:	behold
勇气	,	我的	非常	亲爱的	女儿	:	看哪

勇敢些，我亲爱的女儿：看哪

, [juː; jʊ][ɑː(r); ə(r)][æt; ət][lɑːst][ə'pɒn][ðə; ðɪ]['seɪkrɪd]['ɔːltə(r)][tuː; tə][biː; bi]['sækrɪfaɪst] , ['ɪməleɪtɪd] , -

,	you	are	at	last	upon	the	sacred	altar	to	be	sacrificed	,	immolated	,	155
,	你	是	在	最后的	之上	这	神圣	坛	到	是	牺牲	,	焚烧	,	-

你终于站在神圣的祭坛上，即将被献祭、被焚烧，155

[kən'sjuːmd] [bɪ'fɔː(r)][ðə; ðɪ] [feɪs] [ɒv; əv][ðə; ðɪ] ['lɪvɪŋ] [gɒd] .

consumed	before	the	face	of	the	living	God	.
消耗	前	这	脸	的	这	活的	上帝	.

在永生上帝的面前被吞噬。

['truːli] , [ðɪs] [deɪ] [mʌst; məst][biː; bi] ['kaʊntɪd] [æz; əz][wʌn][ɒv; əv][ðə; ðɪ] [deɪz] [wɪtʃ] [ðə; ðɪ] [lɔːd] [hæz; həz]

Truly	,	this	day	must	be	counted	as	one	of	the	days	which	the	Lord	has
真的	,	这	天	必须	是	计数	作为	一	的	这	天	哪个	这	主	有

[meɪd] . - .

made	.	333	.
制成	.	-	.

的确，这一天必须算作主所造的日子之一。333.

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[haʊ] ['hæpi] [ɑː(r); ə(r)] [ðiːz] [bɪ'lʌvɪd] [hɑːts] [ɒv; əv][maɪ] [d'ɔːtəz] ,

how	happy	are	these	beloved	hearts	of	my	daughters	,
如何	快乐的	是	这些	心爱	心	的	我的	女儿们	,

我亲爱的女儿们，她们的心灵是多么幸福啊!

[ɪn] ['hævɪŋ] [left] [fɔ:(r); fə(r)] [ə; eɪ] [fju:] [j'iəz] [ðə; ði] [fɔ:ls] ['lɪbəti] [ɒv; əv] [ðə; ði] [wɜ:ld] [tu:; tə] [ɪn'dʒɔɪ]

in	having	left	for	a	few	years	the	false	liberty	of	the	world	to	enjoy
在	拥有	左边	为了	一个	很少	年	这	错误的	自由	的	这	世界	到	享受

[ɪ'tɜ:nəli] [ðə; ði] ['enviəb(ə)l] ['sleɪvəri] [wɪtʃ] [teɪks] [ə'weɪ] [nəʊ] ['lɪbəti] ,

eternally	the	enviable	slavery	which	takes	away	no	liberty	,
永恒	这	令人羡慕	奴隶制	哪个	需要	离开	不	自由	,

他们放弃了世俗虚假的自由几年，转而永远享受令人艳羡的奴役，而这种奴役却不会剥夺任何自由。

[seɪv] [ðæt] [wɪtʃ] [wʊd] [prɪ'vent] [ˌju: 'es] [frɒm; frəm] ['bi:ɪŋ] ['tru:li] [fri:] . - .

save	that	which	would	prevent	us	from	being	truly	free	.	334	.
节省	那	哪个	会	防止	我们	从	存在	真的	自由的	.	-	.

保留那些会妨碍我们获得真正自由的东西。334.

[aɪ] [nəʊ] [ðə; ði] [steɪt] [ɒv; əv] [jɔ:(r); jə(r)] [səʊl] ['veri] [wel] ,

I	know	the	state	of	your	soul	very	well	,
我	知道	这	状态	的	你的	灵魂	非常	出色地	,

我非常了解你灵魂的状态，

[ænd; ənd] [aɪ] [si:m] [tu:; tə] [si:] [ˌaɪ 'ti:] ['ɔ:lweɪz] [bɪ'fɔ:(r)] [ˌem 'i:] [wɪð] [ɪts] ['lɪt(ə)l] [ɪ'məʊʃnz] [ɒv; əv] ['sædnəs] ,

and	I	seem	to	see	it	always	before	me	with	its	little	emotions	of	sadness	,
和	我	似乎	到	看	它	总是	前	我	和	它是	小的	情绪	的	悲伤	,

我似乎总能在我眼前看到它，带着一丝淡淡的悲伤。

[sə'praɪz] , [ænd; ənd] [dɪs'kwaɪət] — emotions156

surprise	,	and	disquiet	—	emotions156
惊喜	,	和	忧虑	—	emotions156

惊讶和不安——情绪156

[wɪtʃ] [kən'tɪnju:] [tu:; tə] ['trʌb(ə)l] [ˌaɪ 'ti:] ,

which	continue	to	trouble	it	,
哪个	继续	到	麻烦	它	,

这持续困扰着它，

[bɪ'kəz; bɪ'kɒz] [ˌaɪ 'ti:] [hæz; həz] [nɒt] [jet] [kɑ:st] [di:p] [ɪ'nʌf] [ðə; ði] [faʊn'deɪʃ(ə)nz] [ɒv; əv] [lʌv] [ɒv; əv] [ðə; ði]

because	it	has	not	yet	cast	deep	enough	the	foundations	of	love	of	the
因为	它	有	不是	然而	投掷	深的	足够的	这	基础	的	爱	的	这

[krɒs] [ænd; ənd] [æb'dʒekʃən] . - .

cross	and	abjection	.	335	.
叉	和	落魄	.	-	.

因为它还没有在爱十字架和谦卑方面奠定足够深的基础。335.

[nəʊ] , [maɪ] [dɪə(r)] ['dɔ:tə(r)] ,

No	,	my	dear	daughter	,
不	,	我的	亲爱的	女儿	,

不，我亲爱的女儿。

[ˌaɪ 'ti:] [ɪz] [nɒt] ['nesəsəri] [tu:; tə] [ðə; ði] ['præktɪs] [ɒv; əv] ['vɜ:tju:z] [tu:; tə] [bi:; bi] [kən'tɪnjuəli] ['maɪndfl] [ɒv; əv]

it	is	not	necessary	to	the	practice	of	virtues	to	be	continually	mindful	of
它	是	不是	必要的	到	这	实践	的	美德	到	是	持续	正念	的

[ɔ:l] [ɒv; əv] [ðem; ðəm] ;

all	of	them	;
全部	的	他们	;

实践美德并不需要时刻牢记所有的美德；

[ðæt] [wʊd] ['əʊnli] [ɪm'bærəs] [jɔ:(r); jə(r)] [θɔ:ts] [ænd; ənd] [jɔ:(r); jə(r)] [ə'fekʃən] .

that	would	only	embarrass	your	thoughts	and	your	affections	.
那	会	仅有的	尴尬	你的	想法	和	你的	情感	.

那样只会让你的想法和感情蒙羞。

[hjuːˈmɪlətɪ][ænd; ənd] [ˈtʃærətɪ] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][ˈmʌðə(r)] [kɔːdz] [tuː; tə] [wɪtʃ] [ɔːl][ðə; ði][ˈʌðə(r)z][ɑː(r); ə(r)]

Humility	**and**	**charity**	**are**	**the**	**mother**	**cords**	**to**	**which**	**all**	**the**	**others**	**are**
谦逊	和	慈善机构	是	这	母亲	绳索	到	哪个	全部	这	其他的	是

[əˈtætʃt] :

attached	**:**
随附的	:

谦逊和仁爱是其他一切美德的母绳：

[wʌn][ɪz][ðə; ði] [haɪɪst] , [ðə; ði][ˈʌðə(r)][ðə; ði] [ləʊɪst] .

one	**is**	**the**	**highest**	**,**	**the**	**other**	**the**	**lowest**	**.**
一	是	这	最高	,	这	其他	这	最低	.

一个最高，另一个最低。

[ðə; ði] [ˈseɪftɪ] [ɒv; əv][ə; eɪ] [həʊl] [ˈedɪfɪs] [dɪˈpendz] [əˈpɒn][ðə; ði][faʊnˈdeɪʃ(ə)n][ænd; ənd][ðə; ði] [ruːf] .

The	**safety**	**of**	**a**	**whole**	**edifice**	**depends**	**upon**	**the**	**foundation**	**and**	**the**	**roof**	**.**
这	安全	的	一个	所有的	大厦	取决于	之上	这	基础	和	这	屋顶	.

整座建筑物的安全取决于地基和屋顶。

[ðiːz] [ɑː(r); ə(r)][ðə; ði][ˈmʌðə(r)] [ˈvɜːtjuːz] , [wɪtʃ] [ðə; ði][ˈʌðə(r)z] [ˈfɒləʊ] [æz; əz][ˈlɪt(ə)l] [ˈtʃɪkɪnz] [duː; də]

These	**are**	**the**	**mother**	**virtues**	**,**	**which**	**the**	**others**	**follow**	**as**	**little**	**chickens**	**do**
这些	是	这	母亲	美德	,	哪个	这	其他的	跟随	作为	小的	鸡	做

[ðə; ði][ˈmʌðə(r)][hen] . - .

the	**mother**	**hen**	**.**	**157336**	**.**
这	母亲	母鸡	.	-	.

这些是母性美德，其他美德就像小鸡追随母鸡一样。157336。

[aɪ][hæv; həv][dʒʌst][ˈspəʊkən][ɒv; əv][juː; jʊ] [wɪð] [ˈaʊə(r)] [lɔːd] ,

I	**have**	**just**	**spoken**	**of**	**you**	**with**	**our**	**Lord**	**,**
我	有	只是	说	的	你	和	我们的	主	,

我刚才已经向主谈过你了，

[bʌt; bət][aɪ][deə(r)][nɒt] [ˈæbsəluːtlɪ] [ɑːsk][fɔː(r); fə(r)][jɔː(r); jə(r)] [dɪˈlɪvərəns] ;

but	**I**	**dare**	**not**	**absolutely**	**ask**	**for**	**your**	**deliverance**	**;**
但	我	敢	不是	绝对地	问	为了	你的	解救	;

但我不敢奢求你的解救；

[fɔː(r); fə(r)] [ɪf] [ˌaɪ ˈtiː] [pliːz] [hɪm][tuː; tə] [fleɪ] [ðə; ði][ˈvɪktɪm] ,

for	**if**	**it**	**please**	**Him**	**to**	**flay**	**the**	**victim**	**,**
为了	如果	它	请	他	到	剥皮	这	受害者	,

如果祂愿意剥下受害者的皮，

[ˌaɪ ˈtiː][ɪz][nɒt][fɔː(r); fə(r)][ˌem ˈiː][tuː; tə][dɪˈzaɪə(r)] [ðæt] [hiː; hi][ʃʊd; ʃəd][nɒt] ;

it	**is**	**not**	**for**	**me**	**to**	**desire**	**that**	**He**	**should**	**not**	**;**
它	是	不是	为了	我	到	欲望	那	他	应该	不是	;

我不应该希望祂不这样做；

[bʌt; bət][aɪ][ɪmˈplɔː(r)][hɪm] [tuː; tə][həʊld][juː; jʊ][baɪ][ðə; ði][hænd][æz; əz][hiː; hi][hæz; həz]['ɔːlweɪz] [dʌn] .

but	**I**	**implore**	**Him**	**to**	**hold**	**you**	**by**	**the**	**hand**	**as**	**He**	**has**	**always**	**done**	**.**
但	我	恳求	他	到	抓住	你	经过	这	手	作为	他	有	总是	完毕	.

- .

337	**.**
-	.

但我恳求祂像以往一样牵着你的手。337.

[gɒd][biː; bi] [preɪzd] !

God	**be**	**praised**	**!**
上帝	是	赞扬	!

感谢上帝！

[lɪv; laɪv] , [ˈdʒiːzəs] !

Live	**,**	**Jesus**	**!**
居住	,	耶稣	!

耶稣，你活着！

[wiː; wi][mʌst; məst][beə(r)]['aʊə(r)] [krɒs] ; [huː'evə(r)] [beəz] [ˌaɪ 'tiː][best] , [ɪz] [θruː] [ˌaɪ 'tiː] [meɪd] [ðə; ði]

We	must	bear	our	cross	;	whoever	bears	it	best	,	is	through	it	made	the
我们	必须	熊	我们的	叉	;	谁	熊	它	最好的	,	是	通过	它	制成	这

[strɒŋgə(r)] . - .

stronger	.	338	.
更强	.	-	.

我们必须背负自己的十字架；谁背负得最好，谁就因此变得更强大。338.

[ðeə(r)] ['nevə(r)][wɒz; wəz][ə; eɪ][seɪnt] [huː] [dɪd][nɒt] [ɪk'spɪəriəns] [bəuθ] ['ekstəsi] [ænd; ənd]['ræptʃə(r)][ɪn][laɪf]

There	never	was	a	saint	who	did	not	experience	both	ecstasy	and	rapture	in	life
那里	绝不	曾是	一个	圣	WHO	做过	不是	经验	两个都	狂喜	和	狂喜	在	生活

[ænd; ənd][ɪts] [ɑːpə'reɪʃnz] [baɪ] [ˌəʊvə'kʌmɪŋ] [hɪm'self][ænd; ənd][hɪz; ɪz]['nætʃ(ə)rəl] [ˌinkli'neiʃən] . - .

and	its	operations	by	overcoming	himself	and	his	natural	inclinations	.	158339	.
和	它是	运营	经过	克服	他自己	和	他的	自然的	倾向	.	-	.

从来没有哪个圣人没有在生活中通过克服自身及其自然倾向而体验到狂喜和喜悦。158339。

[huː'evə(r)] [hæz; həz][ə; eɪ]['spɪrɪt][ɒv; əv] [preə(r)] [dɪ'spætʃ] [mɔː(r)] ['bɪznəs] [ɪn][æn; ən]['aʊə(r)][ðæn; ðən]

Whoever	has	a	spirit	of	prayer	despatches	more	business	in	an	hour	than
谁	有	一个	精神	的	祷告	电报	更多的	商业	在	一个	小时	比

['ʌðə(r)z][ɪn] ['sevrəl] ,

others	in	several	,
其他的	在	一些	,

凡有祷告之心的人，一小时内处理的事情比别人几小时处理的事情还要多。

[ænd; ənd] ['həʊlli] [æt; ət] ['leʒə(r)] ['heɪsnz] [tuː; tə][hɪz; ɪz][rest] , [wɪtʃ] [ɪz][tuː; tə] [triːt] [wɪð] [gɒd] ;

and	wholly	at	leisure	hastens	to	his	rest	,	which	is	to	treat	with	God	;
和	完全	在	闲暇	加快	到	他的	休息	,	哪个	是	到	对待	和	上帝	;

他完全有闲暇时间，便匆匆去安息，那就是与上帝交谈；

[bʌt; bət][gɒd]['əʊnli] [kə'mjuːnikeits] [hɪm'self][tuː; tə][ðə; ði][ə'biːdiənt] . - .

but	God	only	communicates	Himself	to	the	obedient	.	340	.
但	上帝	仅有的	沟通	他本人	到	这	听话	.	-	.

但上帝只与顺服的人沟通。340.

['nevə(r)] [luːz] [jɔː(r); jə(r)][ɪn'tɪəriə(r)] [piːs] [fɔː(r); fə(r)] ['eniθɪŋ] , [wɒt'evə(r)] [ˌaɪ 'tiː] [meɪ] [biː; bi] ,

Never	lose	your	interior	peace	for	anything	,	whatever	it	may	be	,
绝不	失去	你的	内部的	和平	为了	任何事物	,	任何	它	可能	是	,

无论发生什么事，都不要失去内心的平静。

['iːv(ə)n] [ðəʊ] ['evriθɪŋ] [biː; bi] [ˌəʊvə'tɜːnd] [ə'baʊt][juː; jʊ] ;

even	though	everything	be	overturned	about	you	;
甚至	尽管	一切	是	翻覆	关于	你	;

即使你的一切都发生了翻天覆地的变化；

[fɔː(r); fə(r)] [wɒt] [ɑː(r); ə(r)][ɔːl][ðə; ði] [θɪŋz] [ɒv; əv] [ðɪs] [laɪf] [kəm'peəd] [tuː; tə] [piːs] [ɒv; əv] [hɑːt] ? -

for	what	are	all	the	things	of	this	life	compared	to	peace	of	heart	?	341
为了	什么	是	全部	这	事物	的	这	生活	比较的	到	和平	的	心	?	-

.

:

.

与内心的平安相比，今生的一切又算得了什么呢？341.

['ʌndə(r)][ɔːl] ['sɜːkəmstənsɪz] , [biː; bi][ɪn'veəriəb(ə)l][ɪn][ðə; ði][ˌrezə'luːʃ(ə)n][tuː; tə][əd'hɪə(r)] [wɪð] [greɪt]

Under	all	circumstances	,	be	invariable	in	the	resolution	to	adhere	with	great
在下面	全部	情况	,	是	不变的	在	这	解决	到	粘着	和	伟大的

[sɪm'plɪsəti] [ænd; ənd]['juːnəti] to159

simplicity	and	unity	to159
简单	和	统一	to159

在任何情况下，都要坚定不移地决心以极大的简朴和团结来遵守159条。

[gɒd] , [baɪ][ə; eɪ] ['pɜːfɪktli] ['trʌstfʊl] [lʌv] ,

God	,	by	a	perfectly	trustful	love	,
上帝	,	经过	一个	完美	值得信赖的	爱	,

上帝，以完全信赖的爱，

[ə'bændənɪŋ] [jɔː'self] [tuː; tə][ðə; ði] ['mɜːsi] [ɒv; əv] [lʌv] [ænd; ənd][ðə; ði] [pə'tɜːnl] [keə(r)] [wɪtʃ] [hɪz; ɪz]

abandoning	yourself	to	the	mercy	of	love	and	the	paternal	care	which	His
放弃	你自己	到	这	怜悯	的	爱	和	这	父系	关心	哪个	他的

['prɒvɪdəns] [hæz; həz][ɒv; əv][juː; jʊ] . - .

Providence	has	of	you	.	342	.
普罗维登斯	有	的	你	.	-	.

把自己交付给祂慈爱的怜悯和祂的眷顾，祂的眷顾对你如同父亲般关怀。342.

[rɪ'meɪn] [ʌn'ɔːltərəb(ə)l][ɪn][ə; eɪ]['həʊli]['njuːdəti][ɒv; əv]['spɪrɪt] , ['nevə(r)] [ə'sjuːmɪŋ] ['eni][keə(r)] , [dɪ'zaɪə(r)] ,

Remain	unalterable	in	a	holy	nudity	of	spirit	,	never	assuming	any	care	,	desire	,
保持	不可更改的	在	一个	圣	裸露	的	精神	,	绝不	假设	任何	关心	,	欲望	,

[ə'fekʃn] , [ɔː(r)] [prɪ'tenʃ(ə)n] [wɒt'evə(r)] .

affection	,	or	pretension	whatever	.
感情	,	或者	预张	任何	.

保持神圣的赤裸精神，一成不变，绝不怀有任何关心、欲望、爱慕或虚伪。

['aʊə(r)] [lɔːd] [lʌvz] [juː; jʊ] , [hiː; hi] ['wɪʃɪz] [juː; jʊ][tuː; tə][biː; bi] ['həʊlli] [hɪz; ɪz] ;

Our	Lord	loves	you	,	He	wishes	you	to	be	wholly	his	;
我们的	主	爱	你	,	他	愿望	你	到	是	完全	他的	;

我们的主爱你，他希望你完全属于他；

[let][nəʊ][ɑːmz][bʌt; bət][hɪz; ɪz] [sə'pɔːt] [juː; jʊ] , [rest][ə'pɒn][nəʊ]['ʌðə(r)] [brest] [bʌt; bət][hɪz; ɪz] . - .

let	no	arms	but	his	support	you	,	rest	upon	no	other	breast	but	his	.	343	.
让	不	武器	但	他的	支持	你	,	休息	之上	不	其他	胸部	但	他的	.	-	.

除了他的手臂，不要让任何人的手臂支撑你；除了他的胸膛，不要让任何人的胸膛支撑你。343.

[wiː; wi][mʌst; məst] [dɪ'send] [tuː; tə] [ɜːθ] [tuː; tə] ['regjuleɪt] [ðə; ði] [nə'sesəti] [ɒv; əv] [ðɪs] [laɪf] ,

We	must	descend	to	earth	to	regulate	the	necessities	of	this	life	,
我们	必须	下降	到	地球	到	调节	这	必需品	的	这	生活	,

我们必须降临人间，来管理今生的必需品。

[bʌt; bət][ɪn][ɔːl] [θɪŋz] ['aʊə(r)] [hɑːt] [ʃʊd; ʃəd] ['relɪʃ] ['əʊnli][ðə; ði][djuː][ɒv; əv][gɑːdz] ['pleʒə(r)] ,

but	in	all	things	our	heart	should	relish	only	the	dew	of	God's	pleasure	,
但	在	全部	事物	我们的	心	应该	尽情享用	仅有的	这	露	的	神的	乐趣	,

但无论在什么事上，我们的心都应该只享受上帝喜悦的甘露。

[ænd; ənd][rɪ'fɜː(r)][ɔːl][tuː; tə][ðə; ði] [preɪz] [ɒv; əv][gɒd] . - .

and	refer	all	to	the	praise	of	God	.	160344	.
和	参考	全部	到	这	称赞	的	上帝	.	-	.

并将一切归于对上帝的赞美。160344。

[ɪf] [wiː; wi] [lʌv] ['aʊə(r)] [swiːt] ['seɪvjə(r)][let][ˌjuː 'es] [fiːd] [hɪz; ɪz] [læmz] ,

If	we	love	our	sweet	Saviour	let	us	feed	his	lambs	,
如果	我们	爱	我们的	甜的	救主	让	我们	喂养	他的	羔羊	,

如果我们爱我们慈爱的救主，就让我们喂养他的羔羊吧。

[sɪns] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][ə; eɪ] [mɑːk] [ɒv; əv]['feɪθf(ə)l] [lʌv] ; — [bʌt; bət] [wɪð] [wɒt] [mʌst; məst][wiː; wi] [fiːd] [ðiːz]

since	it	is	a	mark	of	faithful	love	;	—	but	with	what	must	we	feed	these
自从	它	是	一个	标记	的	忠实	爱	;	—	但	和	什么	必须	我们	喂养	这些

[dɪə(r)] [ʃiːp] ?

dear	sheep	?
亲爱的	羊	?

因为这是忠贞之爱的标志；——但是我们该用什么来喂养这些亲爱的羊呢?

[wɪð] [lʌv] [ɪt'self] , [fɔː(r); fə(r)] [ðeɪ] [wɪl] ['aɪðə(r)][nɒt][lɪv; laɪv][æt; ət][ɔːl] , [ɔː(r)] [ðeɪ] [wɪl] [lɪv; laɪv][ə'pɒn]

With	love	itself	,	for	they	will	either	not	live	at	all	,	or	they	will	live	upon
和	爱	本身	,	为了	他们	将要	任何一个	不是	居住	在	全部	,	或者	他们	将要	居住	之上

[lʌv] . - .

love	.	345	.
爱	.	-	.

凭借爱本身，他们要么根本无法生存，要么将依靠爱而生存。345.

[hiː; hi] [huː] [wʊd] [leɪ] [ʌp] ['vɜːtjuːz] [wɪ'ðaʊt] [hjuː'mɪləti][ɪz][laɪk][wʌn] [huː] ['kæriz] [ə; eɪ] ['preʃəs] [dʌst]

He	who	would	lay	up	virtues	without	humility	is	like	one	who	carries	a	precious	dust
他	WHO	会	躺	向上	美德	没有	谦逊	是	喜欢	一	WHO	携带	一个	宝贵的	灰尘

[ɪn][hɪz; ɪz][hænd][ɪk'spəʊzd][tuː; tə][ðə; ði][wɪnd] .

in	his	hand	exposed	to	the	wind	.
在	他的	手	裸露	到	这	风	.

不谦逊地积攒美德的人，就像手里拿着珍贵的尘埃，任其风吹日晒一样。

[ðə; ði] [greɪt] ['siːkrət][ɒv; əv] [meɪn'teɪnɪŋ] [truː] [dɪ'vəʊʃn] [ɪz][tuː; tə][hæv; həv] [greɪt] [hjuː'mɪləti] .

The	great	secret	of	maintaining	true	devotion	is	to	have	great	humility	.
这	伟大的	秘密	的	保持	真的	虔诚	是	到	有	伟大的	谦逊	.

保持真正虔诚的秘诀在于保持谦逊。

[biː; bi]['hʌmb(ə)l][ænd; ənd][gɒd] [wɪl] [biː; bi] [wɪð] [juː; jʊ] .

Be	humble	and	God	will	be	with	you	.
是	谦逊的	和	上帝	将要	是	和	你	.

保持谦卑，上帝就会与你同在。

[gɒd][ɪz] [pliːzd] [tuː; tə] [dwel] [ɪn][ə; eɪ] [hɑːt] ['diːpənd] [baɪ][hjuː'mɪləti] , ['dəʊsaɪl] [θruː] [sɪm'plɪsəti] ,

God	is	pleased	to	dwell	in	a	heart	deepened	by	humility	,	docile	through	simplicity	,
上帝	是	高兴	到	住	在	一个	心	加深	经过	谦逊	,	温顺	通过	简单	,

上帝乐意住在谦卑、纯朴、温顺的心中。

[ænd; ənd] [greɪt] [θruː] ['tʃærəti] .

and	great	through	charity	.
和	伟大的	通过	慈善机构	.

并通过慈善事业做出巨大贡献。

[hiː; hi] [huː] [ɪz] truly161

He	who	is	truly161
他	WHO	是	truly161

真正的161

['hʌmb(ə)l] [dɪ'zaɪr] [tuː; tə][biː; bi]['hʌmb(ə)ld] .

humble	desires	to	be	humbled	.
谦逊的	欲望	到	是	谦卑	.

谦卑的人渴望被谦卑。

[hjuː'mɪləti][pɹədj'uːsɪz][ˌdʒenə'rɒsəti] .

Humility	produces	generosity	.
谦逊	产	慷慨	.

谦逊孕育慷慨。

[rɪ'membə(r)] , [maɪ][dɪə(r)] ['dɔːtə(r)] , [ðæt] [ðə; ði] ['kiːnɪst] [hjuːˌmɪli'eɪʃn] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [wɪtʃ]

Remember	,	my	dear	daughter	,	that	the	keenest	humiliations	are	those	which
记住	,	我的	亲爱的	女儿	,	那	这	最热衷	羞辱	是	那些	哪个

[ɑː(r); ə(r)] [liːst] ['vɪzəb(ə)l] . - .

are	least	visible	.	346	.
是	至少	可见的	.	-	.

亲爱的女儿，请记住，最令人痛苦的羞辱往往是最不易察觉的。346.

[wi:; wi][mʌst; məst] [tʃeɪndʒ] [frɒm; frəm][wʌn] [pleɪs] [tu:; tə][ə'nʌðə(r)] [wɪ'ðaʊt] ['tʃeɪndʒɪŋ] ['aʊə(r)] [lʌv] [ɔ:(r)]

We	must	change	from	one	place	to	another	without	changing	our	love	or
我们	必须	改变	从	一	地方	到	其他	没有	变化	我们的	爱	或者

[ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv]['aʊə(r)] [lʌv] .

the	object	of	our	love	.
这	目的	的	我们的	爱	.

我们必须从一个地方搬到另一个地方，但不能改变我们的爱或我们所爱的对象。

[bi:; bi] [ɪn'dɪfrənt] [tu:; tə][ɔ:l][ˌɒkju'peɪʃ(ə)n][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv] ['dɪfrənt] [ɒkjʊ'peɪʃ(ə)ns] .

Be	indifferent	to	all	occupation	in	the	midst	of	different	occupations	.
是	冷漠	到	全部	职业	在	这	中间	的	不同的	职业	.

在各种职业之中，对所有职业都保持漠不关心的态度。

[bi:; bi] [ʌn'ɪnflʊənst] [baɪ] [ə'feəz] , [ænd; ənd] [rɪ'meɪn] ['i:kwəli] [fɔ:(r); fə(r)][gɒd][ɪn][ɔ:l] [θɪŋz] . - .

Be	uninfluenced	by	affairs	,	and	remain	equally	for	God	in	all	things	.	347	.
是	未受影响	经过	事务	,	和	保持	同样地	为了	上帝	在	全部	事物	.	-	.

不要受世俗事务的影响，在一切事上都一心一意为上帝。347.

[haʊ] ['hæpi] [wi:; wi][ʃæl; ʃəl][bi:; bi] [ɪf] [wʌn] [deɪ] [wi:; wi] [tʃeɪndʒ] [self]['ɪntu:] [ðæt] ['həʊli] [lʌv] [wɪtʃ] [ʃæl; ʃəl]

How	happy	we	shall	be	if	one	day	we	change	self	into	that	holy	love	which	shall
如何	快乐的	我们	将	是	如果	一	天	我们	改变	自己	进入	那	圣	爱	哪个	将

[meɪk] [ˌju: 'es][wʌn] ,

make	us	one	,
制作	我们	一	,

如果有一天我们能将自己转化为那神圣的爱，使我们合而为一，我们将是多么幸福啊！

[ænd; ənd] [ɪn'taɪəli] [fri:] [ˌju: 'es][frɒm; frəm][ɔ:l][kəm'pleksəti][ɒv; əv] [ə'feəz] , [səʊ] [ðæt] [wi:; wi][ʃæl; ʃəl]

and	entirely	free	us	from	all	complexity	of	affairs	,	so	that	we	shall
和	完全	自由的	我们	从	全部	复杂	的	事务	,	所以	那	我们	将

[hæv; həv][æt; ət] [hɑ:t] only162

have	at	heart	only162
有	在	心	only162

并使我们彻底摆脱一切复杂事务，以便我们心中只有162

[ðə; ði] ['sɒvrɪn] ['ju:nəti][ɒv; əv][hɪz; ɪz]['həʊli]['trɪnəti] . - .

the	sovereign	unity	of	his	Holy	Trinity	.	348	.
这	主权	统一	的	他的	圣	三位一体	.	-	.

圣三位一体的至高主权统一。348.

[ˌkjʊəri'ɒsəti] , [æm'bɪʃ(ə)n] , ['restləsnəs] ,

Curiosity	,	ambition	,	restlessness	,
好奇心	,	志向	,	躁动不安	,

好奇心、雄心壮志、不安分、

[ænd; ənd] [fə'getflnəs] [ɒv; əv][ðə; ði][end][fɔ:(r); fə(r)] [wɪtʃ] [wi:; wi][ɑ:(r); ə(r)][ɪn] [ðɪs] [wɜ:ld] [ɑ:(r); ə(r)]

and	forgetfulness	of	the	end	for	which	we	are	in	this	world	are
和	健忘	的	这	结尾	为了	哪个	我们	是	在	这	世界	是

[ðə; ði] [kɔ:z] [ɒv; əv]['aʊə(r)] ['hævɪŋ] [mɔ:(r)][[ɪm'pedɪmənts]][ðæn; ðən] [wɜ:ks] ,

the	cause	of	our	having	more	impediments	than	works	,
这	原因	的	我们的	拥有	更多的	障碍	比	作品	,

我们之所以障碍重于功绩，是因为我们忘记了我们来到这个世界的最终目的。

[mɔ:(r)]['bʌs(ə)l][ðæn; ðən] ['bɪznəs] , [mɔ:(r)] ['ʌndəˌteɪkɪŋz] [ðæn; ðən] [rɪ'zʌlts] .

more	bustle	than	business	,	more	undertakings	than	results	.
更多的	忙碌	比	商业	,	更多的	事业	比	结果	.

忙碌多于实事，计划多于成果。

[ænd; ənd] [ðiːz] [ɪnˈkʌmbrəns] , [ðiːz] [suːˈpɜːfluəs] [ɒkjʊˈpeɪʃ(ə)ns] [wɪð] [wɪtʃ] [wiː; wi]['bɜːd(ə)n]
And **these** **incumbrances** **,** **these** **superfluous** **occupations** **with** **which** **we** **burden**
和 这些 债务 , 这些 多余 职业 和 哪个 我们 负担
[ɑːˈselvz] , [ɑː(r); ə(r)] [wɒt] [daɪˈvɜːt][ˌjuː ˈes][frɒm; frəm][gɒd] ,
ourselves **,** **are** **what** **divert** **us** **from** **God** **,**
我们自己 , 是 什么 转移 我们 从 上帝 ,

而正是这些负担，这些我们给自己施加的额外事务，使我们远离上帝。

[ænd; ənd][nɒt][ðə; ði] [lɪˈdʒɪtɪmət] ['eksəsaɪz][ɒv; əv]['aʊə(r)] [ɪmˈplɔɪmənt] . - .
and **not** **the** **legitimate** **exercise** **of** **our** **employments** **.** **349** **.**
和 不是 这 合法的 锻炼 的 我们的 就业 . - .

而不是我们合法履行职责。349.

['aʊə(r)] [pəˈfekʃ(ə)n] [mʌst; məst][biː; bi] [truː] [ænd; ənd]['sɒlɪd] .
Our **perfection** **must** **be** **true** **and** **solid** **.**
我们的 完美 必须 是 真的 和 坚硬的 .

我们追求的完美必须是真实而坚实的。

[fɔː(r); fə(r)][ɪgˈzɑːmp(ə)l] , [ðəʊ] ['æŋgə(r)][ɪz]['reɪdʒɪŋ] [wɪˈðɪn] [ˌem ˈiː] , [ðəʊ] [maɪ] blood163
For **example** **,** **though** **anger** **is** **raging** **within** **me** **,** **though** **my** **blood163**
为了 例子 , 尽管 愤怒 是 愤怒 之内 我 , 尽管 我的 blood163

例如，尽管我内心怒火中烧，尽管我的血液163

[bɔɪlz] , [aɪ] [wɪl] [nɒt] [siːs] [tuː; tə][biː; bi][æz; əz] ['greɪʃəs] [ænd; ənd]['dʒent(ə)l][æz; əz][ˌaɪ ˈtiː][ɪz]['pɒsəb(ə)l]
boils **,** **I** **will** **not** **cease** **to** **be** **as** **gracious** **and** **gentle** **as** **it** **is** **possible**
沸腾 , 我 将要 不是 停止 到 是 作为 亲切 和 温和的 作为 它 是 可能的
[tuː; tə][biː; bi] ,
to **be** **,**
到 是 ,

即便如此，我仍将尽我所能保持优雅和温柔。

[ænd; ənd][ɔːl][ðə; ði]['riːz(ə)nz] [wɪtʃ] ['neɪtʃə(r)]['ɜːrdʒɪz][fɔː(r); fə(r)][ɪts] [rɪ'liːs] [aɪ] [wɪl] ['stræŋgl] [æz; əz][ʃiː; ʃi]
and **all** **the** **reasons** **which** **nature** **urges** **for** **its** **release** **I** **will** **strangle** **as** **she**
和 全部 这 原因 哪个 自然 敦促 为了 它是 发布 我 将要 扼杀 作为 她
['prez(ə)nts][ðem; ðəm] ,
presents **them** **,**
礼物 他们 ,

而自然界所提出的所有促使它被释放的理由，我都会在她提出时扼杀掉。

[aɪ] [wɪl] [nɒt]['lɪs(ə)n][tuː; tə][wʌn][ɒv; əv][ðem; ðəm] .
I **will** **not** **listen** **to** **one** **of** **them** **.**
我 将要 不是 听 到 一 的 他们 .

我不会听他们的。

[ðɪs] [ɪz] [truː] ['vɜːtʃuː] , [truː] ['dʒent(ə)lnəs] .
This **is** **true** **virtue** **,** **true** **gentleness** **.**
这 是 真的 美德 , 真的 温柔 .

这才是真正的美德，真正的温柔。

[ɑː] !
Ah **!**
啊 !

啊!

[gɒd] [gɪvz] [juː; jʊ][əˈkeɪʒ(ə)n][tuː; tə] ['præktɪs] ['peɪʃ(ə)ns] .
God **gives** **you** **occasion** **to** **practise** **patience** **.**
上帝 给予 你 场合 到 实践 耐心 .

上帝会给你机会去锻炼耐心。

[wʊd] [juː; jʊ][let][ˌaɪ ˈtiː] [ɪˈskeɪp] [juː; jʊ] ?
Would **you** **let** **it** **escape** **you** **?**
会 你 让 它 逃脱 你 ?

你会让它从你身边溜走吗?

[pə'hæps] [juː; jʊ] [meɪ] ['nevə(r)][ɪn][laɪf] [miːt] [wɪð] [sʌtʃ] [ə'nʌðə(r)] [ˌɒpə'tjuːnəti] . - .

Perhaps	you	may	never	in	life	meet	with	such	another	opportunity	.	350	.
也许	你	可能	绝不	在	生活	见面	和	这样的	其他	机会	.	-	.

或许你一生中再也不会遇到这样的机会了。350。

['kʌrɪdʒ] , [maɪ][pɔː(r); pʊə(r)][maɪnd] !

Courage	,	my	poor	mind	!
勇气	,	我的	贫穷的	头脑	!

勇气？我可怜的头脑！

[let] [ˌjuː 'es][rɪ'dʒekt][ɔːl] ['dɪskɔːs] , [rɪ'sɜːtʃ] , [ɪn'kwaɪəri] ; [let][ˌjuː 'es] [bɪ'kʌm] [mɔː(r)]['sɪmp(ə)l] ,

Let	us	reject	all	discourse	,	research	,	inquiry	;	let	us	become	more	simple	,
让	我们	拒绝	全部	话语	,	研究	,	询问	;	让	我们	变得	更多的	简单的	,

让我们摒弃一切论述、研究和探究；让我们变得更简单。

[ænd; ənd][biː; bi][rɪd][ɒv; əv] [ðɪs] ['taɪəsəm] [keə(r)][ɒv; əv][self] ;

and	be	rid	of	this	tiresome	care	of	self	;
和	是	摆脱	的	这	令人厌烦	关心	的	自己	;

摆脱这种令人烦恼的自我照料；

[let][ˌjuː 'es][kən'faɪn] [ɑː'selvz] [tuː; tə][ðə; ði]['sɪmp(ə)l] [vjuː] [ɒv; əv][gɒd][ænd; ənd]['aʊə(r)] [əʊn]

let	us	confine	ourselves	to	the	simple	view	of	God	and	our	own
让	我们	局限	我们自己	到	这	简单的	看法	的	上帝	和	我们的	自己的

['nʌθɪŋnəs] .

nothingness	.
虚无	.

让我们只关注上帝和我们自身的虚无这一简单观点。

[let] [ˌjuː 'es] ['stedəli] [liːn] [ə'pɒn][ðə; ði] results164

Let	us	steadily	lean	upon	the	results164
让	我们	稳步	倾斜	之上	这	results164

让我们坚定地依靠这些结果164

[ɒv; əv][ðə; ði] ['sɒvrɪn] [wɪl] , ['iːv(ə)n] [wen] [wiː; wi][fɔːl] ,

of	the	sovereign	will	,	even	when	we	fall	,
的	这	主权	将要	,	甚至	什么时候	我们	落下	,

即使我们跌倒，主权者的意志依然存在。

[fɔː(r); fə(r)][ðə; ði][dɪə(r)]['dʒiːzəs] [wɪl] [gɪv] [ˌjuː 'es][ðə; ði] ['nesəsəri] ['sentɪmənts] .

for	the	dear	Jesus	will	give	us	the	necessary	sentiments	.
为了	这	亲爱的	耶稣	将要	给	我们	这	必要的	情感	.

因为亲爱的耶稣会赐予我们必要的情感。

[əʊ][maɪnd] , [wʌn][ɪz]['nevə(r)] ['həʊlli] ['mɑːstə(r)][ɒv; əv] [ðiː] . . . .

O	mind	,	one	is	never	wholly	master	of	thee	.	.	.	.
哦	头脑	,	一	是	绝不	完全	掌握	的	你	.	.	.	.

哦，我的心啊，我永远无法完全掌控你.....

[ðaʊ] [wʊdst] [nəʊ] [ɔːl][ɪn] [spaɪt] [ɒv; əv][ˌjuː 'es] .

Thou	wouldst	know	all	in	spite	of	us	.
你	会	知道	全部	在	尽管如此	的	我们	.

即使我们不知情，你也会知道一切。

[əʊ][maɪ][gɒd] , [stɒp] [ðɪs] ['mɪzrəbl] ['wɒndərə(r)] ! - .

O	my	God	,	stop	this	miserable	wanderer	!	351	.
哦	我的	上帝	,	停止	这	悲惨的	流浪者	!	-	.

我的上帝啊，请阻止这个可怜的流浪者！351.

[ðə; ði] [seɪnts] [dɪd][nɒt] [ə'baʊnd] [səʊ] [mʌtʃ] [ɪn]['sensəb(ə)l] ['sentɪmənts] ,

The	saints	did	not	abound	so	much	in	sensible	sentiments	,
这	圣徒	做过	不是	盛产	所以	很多	在	明智的	情感	,

圣徒们并不像人们想象的那样充满理性的情感。

[ðeɪ] [wɜːkt] [əˈkɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [laɪts] [ænd; ənd] [truːðz] [ɒv; əv] [feɪθ] .

they	worked	according	to	the	lights	and	truths	of	faith	.
他们	工作	根据	到	这	灯	和	真相	的	信仰	.

他们按照信仰的光明和真理行事。

[ɑː] ! [let][ˌjuː ˈes][biː; bi]['evə(r)] ['həʊlli] [dɪ'tætʃt] [frɒm; frəm] ['evriθɪŋ] [bɪ'fɔː(r)] [gɒd] ,

Ah	!	let	us	be	ever	wholly	detached	from	everything	before	God	,
啊	！	让	我们	是	曾经	完全	分离的	从	一切	前	上帝	,

啊！愿我们在上帝面前永远完全超脱于一切。

['teɪkɪŋ] [nəʊ] ['trʌb(ə)l] [fɔː(r); fə(r)] [wɒt] ['kɒmz] [tuː; tə][ˌjuː 'es] .

taking	no	trouble	for	what	comes	to	us	.
采取	不	麻烦	为了	什么	来	到	我们	.

对降临到我们身上的事，我们毫不在意。

[let] [ɔːl] [ðæt] [ɪz][nɒt] [gɒd][biː; bi][æz; əz] ['nʌθɪŋ] [tuː; tə][ˌjuː 'es] .

Let	all	that	is	not	God	be	as	nothing	to	us	.
让	全部	那	是	不是	上帝	是	作为	没有什么	到	我们	.

让一切非上帝的事物与我们无关。

[let] [ˌjuː 'es] ['kɒntəmpleɪt] [ðə; ði] ['ɪnfɪnət] ['gʊdnəs] [ɒv; əv][gɒd][ænd; ənd] [fə'get] [ɑː'selvz] .

Let	us	contemplate	the	infinite	goodness	of	God	and	forget	ourselves	.
让	我们	沉思	这	无限	善良	的	上帝	和	忘记	我们自己	.

让我们默想上帝无限的慈悲，忘却自我。

[let] [ˌjuː 'es] ['ɪməleɪt] [ɔːl]['aʊə(r)] [əˈfekʃən] [tuː; tə]['dʒiːzəs] [kraɪst] . - .

Let	us	immolate	all	our	affections	to	Jesus	Christ	.	165352	.
让	我们	牺牲	全部	我们的	情感	到	耶稣	基督	.	-	.

让我们将我们所有的爱献给耶稣基督。165352。

[ˌkɒndɪ'sendɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði]['hjuːmə(r)][ɒv; əv]['ʌðə(r)z] ,

Condescending	to	the	humour	of	others	,
居高临下的	到	这	幽默	的	其他的	,

对别人的幽默表现出居高临下的轻蔑态度

['beərɪŋ] [wɪð] ['ruːdnəs] [ænd; ənd] ['taɪəsəm] ['mænəz] [ɒn][ðə; ði][pɑːt][ɒv; əv]['aʊə(r)] ['neɪbə(r)] ,

bearing	with	rudeness	and	tiresome	manners	on	the	part	of	our	neighbour	,
轴承	和	粗鲁	和	令人厌烦	礼仪	在	这	部分	的	我们的	邻居	,

忍受邻居的粗鲁和令人厌烦的行为，

['vɪktəriz] ['əʊvə(r)]['aʊə(r)] [əʊn] ['hjuːmə(r)] [ænd; ənd] ['pæʃ(ə)nz] , [riˈnauns] ['aʊə(r)] [smɔːlɪst]

victories	over	our	own	humours	and	passions	,	renouncing	our	smallest
胜利	超过	我们的	自己的	体液	和	激情	,	放弃	我们的	最小

[ˌinkliˈneiʃən] , ['efəts] [ə'genst] ['aʊə(r)] [əˈvəːʃən] [ænd; ənd] [riˈpʌgnəns] ,

inclinations	,	efforts	against	our	aversions	and	repugnances	,
倾向	,	努力	反对	我们的	厌恶	和	厌恶	,

战胜我们自身的性情和激情，摒弃我们最细微的倾向，努力克服我们的厌恶和反感，

[ə; eɪ][kənˈtɪnjuəl] [ɪnˈdevə(r)] [tuː; tə] [meɪnˈteɪn][ðə; ði] [piːs] [ɒv; əv]['aʊə(r)][səʊl] ,

a	continual	endeavour	to	maintain	the	peace	of	our	soul	,
一个	持续的	努力	到	维持	这	和平	的	我们的	灵魂	,

不断努力维护我们心灵的平静，

[ə; eɪ][kaɪnd][ænd; ənd]['eɪmiəb(ə)l]['mænə(r)][ɒv; əv] [rɪ'siːvɪŋ] ['senʃə] [ə'pɒn]['aʊə(r)] [kənˈdɪʃn] , ['aʊə(r)]

a	kind	and	amiable	manner	of	receiving	censures	upon	our	condition	,	our
一个	种类	和	可亲	方式	的	接收	谴责	之上	我们的	状况	,	我们的

[laɪf] ,

life	,
生活	,

以友善和蔼的态度接受对我们状况和生活的批评，

['aʊə(r)] [ˌkɒnvə'seɪʃ(ə)n] , [ɑː(r); ə(r)][ɔːl][mɔː(r)]['fruːtf(ə)l][tuː; tə]['aʊə(r)][səʊl][ðæn; ðən][wiː; wi][kæn; kən]

our	conversation	,	are	all	more	fruitful	to	our	soul	than	we	can
我们的	对话	,	是	全部	更多的	卓有成效	到	我们的	灵魂	比	我们	能

[ɪ'mædʒɪn] ,

imagine	,
想象	,

我们的谈话，对我们的灵魂来说，比我们想象的更有益处。

[prə'vaɪdɪd] [lʌv] [fɔː(r); fə(r)][gɒd][biː; bi][ðə; ðɪ]['məʊtɪv] [wɪtʃ] ['ænɪmeɪt] [ˌjuː'es] . - .

provided	love	for	God	be	the	motive	which	animates	us	.	353	.
假如	爱	为了	上帝	是	这	动机	哪个	动画	我们	.	-	.

让对上帝的爱成为我们行动的动力。353.

[wen'evə(r)] [aɪ]['entə(r)][ə; eɪ] [pleɪs] ['kənsəˌkreɪtɪd] [tuː; tə]['aʊə(r)] ['ɔːgəst] [kwiːn] ,

Whenever	I	enter	a	place	consecrated	to	our	august	Queen	,
每当	我	进入	一个	地方	已祝圣的	到	我们的	八月	女王	,

每当我进入一个供奉我们尊贵女王的地方，

[aɪ] [ɪk'spɪərɪəns] [ə; eɪ] [θrɪl] [ɒv; əv] [lʌv] [wɪtʃ] tells166

I	experience	a	thrill	of	love	which	tells166
我	经验	一个	刺激	的	爱	哪个	tells166

我体验到一种爱的悸动，这告诉我166

[ˌem 'iː]

me
我

我

[ðæt] [aɪ][ˌeɪ 'em] [wɪð] [maɪ]['mʌðə(r)] ,

that	I	am	with	my	mother	,
那	我	是	和	我的	母亲	,

我和妈妈在一起，

[fɔː(r); fə(r)][aɪ] [fiːl] [ðæt] [aɪ][ˌeɪ 'em][ðə; ðɪ][tʃaɪld][ɒv; əv][hɜː(r); hə(r)] [huː] [ɪz] [kɔːld] [ðə; ðɪ]['refjuːdʒ][ɒv; əv]

for	I	feel	that	I	am	the	child	of	her	who	is	called	the	refuge	of
为了	我	感觉	那	我	是	这	孩子	的	她	WHO	是	称为	这	避难所	的

['sɪnəz] . - .

sinners	.	354	.
罪人	.	-	.

因为我觉得自己是被称为罪人避难所的那位的孩子。354.

[ə'weɪ] [frɒm; frəm][ˌem 'iː] [ðəʊz] [huː] [lʌv] [sɪ'verətɪ] , [fɔː(r); fə(r)][aɪ] [wɪl] [hæv; həv] [nʌn] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] !

Away	from	me	those	who	love	severity	,	for	I	will	have	none	of	it	!
离开	从	我	那些	WHO	爱	严重性	,	为了	我	将要	有	没有任何	的	它	!

那些喜欢严厉的人离我远点，因为我绝不容忍严厉！

[ˌaɪ 'tiː][ɪz]['betə(r)][tuː; tə][biː; bi][ə'blaɪdʒd][tuː; tə] [ə'kaʊnt] [tuː; tə][gɒd][fɔː(r); fə(r)] [tuː] [mʌtʃ] ['dʒent(ə)lnəs]

It	is	better	to	be	obliged	to	account	to	God	for	too	much	gentleness
它	是	更好的	到	是	有义务	到	帐户	到	上帝	为了	也	很多	温柔

[ðæn; ðən] [tuː] [mʌtʃ] [sɪ'verətɪ] .

than	too	much	severity	.
比	也	很多	严重性	.

宁可因为过于温柔而向上帝交代，也不要因为过于严厉而向上帝交代。

[ɪz] [nɒt] [gɒd] [ɔːl] [lʌv] ?

Is	not	God	all	love	?
是	不是	上帝	全部	爱	?

上帝不就是爱吗?

[gɒd] [ðə; ðɪ]['fɑːðə(r)][ɪz][ðə; ðɪ]['fɑːðə(r)][ɒv; əv][ðə; ðɪ] ['retʃɪd] ; [gɒd][ðə; ðɪ][sʌn][ɪz] [kɔːld] [ə; eɪ] [læm] ;

God	the	Father	is	the	father	of	the	wretched	;	God	the	Son	is	called	a	lamb	;
上帝	这	父亲	是	这	父亲	的	这	可怜	;	上帝	这	儿子	是	称为	一个	羊肉	;

圣父是苦难者的父亲；圣子被称为羔羊；

[gɒd] [ðə; ði] ['həʊli] [gəʊst] ['mænifest] [hɪm'self] ['ʌndə(r)] [ðə; ði] [fɔːm] [ɒv; əv] [ə; eɪ] [dʌv] .

God	the	Holy	Ghost	manifests	Himself	under	the	form	of	a	dove	.
上帝	这	圣	鬼	表现	他本人	在下面	这	形式	的	一个	鸽子	.

圣灵以鸽子的形象显现。

[ɪf] [ðeə(r)] [wɜː(r); wə(r)] ['eniθɪŋ] ['betə(r)] [ðæn; ðən] [bɪ'nɪgnɪtɪ] ['dʒiːzəs] [kraɪst] [wʊd] [hæv; həv] [təʊld]

If	there	were	anything	better	than	benignity	Jesus	Christ	would	have	told
如果	那里	是	任何事物	更好的	比	仁慈	耶稣	基督	会	有	讲述

[ˌjuː 'es] ,

us	,
我们	,

如果世上还有比仁慈更好的东西，耶稣基督一定会告诉我们的。

[ænd; ənd] [jet] [hiː; hi] [gɪvz] [ˌjuː 'es] [bʌt; bət] [tuː] ['lesnz] [tuː; tə] [lɜːn] [ɒv; əv] [hɪm] — ['miːknəs]

and	yet	He	gives	us	but	two	lessons	to	learn	of	Him	—	meekness
和	然而	他	给予	我们	但	二	课程	到	学习	的	他	—	谦逊

[ænd; ənd] [hjuː'mɪlətɪ] . - .

and	humility	.	355	.
和	谦逊	.	-	.

然而，祂只给了我们两个关于祂的教训——温柔和谦卑。355.

[ðə; ði] ['pɑːspɔːt] [ɒv; əv] [ðə; ði] [d'ɔːtəz] of167

The	passport	of	the	daughters	of167
这	护照	的	这	女儿们	of167

167位女儿的护照

['dʒiːzəs] [kraɪst] [ɪz] [piːs] .

Jesus	Christ	is	peace	.
耶稣	基督	是	和平	.

耶稣基督就是和平。

[ðə; ði] [dʒɔɪ] [ɒv; əv] [ðə; ði] [d'ɔːtəz] [ɒv; əv] ['aʊə(r)] ['leɪdi] [ɪz] [piːs] .

The	joy	of	the	daughters	of	Our	Lady	is	peace	.
这	喜悦	的	这	女儿们	的	我们的	女士	是	和平	.

圣母女儿们的喜乐在于平安。

[wiː; wi] [mʌst; məst] ['ɔːlweɪz] [biː; bi] [æt; ət] [piːs] .

We	must	always	be	at	peace	.
我们	必须	总是	是	在	和平	.

我们必须始终保持和平。

[nəʊ] [ðæt] [ðə; ði] ['vɜːtʃuː] [ɒv; əv] ['peɪʃ(ə)ns] [ɪz] [ðæt] [wɪtʃ] [məʊst] [ə'ʃuə] [ˌjuː 'es] [pə'fekʃ(ə)n] ;

Know	that	the	virtue	of	patience	is	that	which	most	assures	us	perfection	;
知道	那	这	美德	的	耐心	是	那	哪个	最多	保证	我们	完美	;

要知道，耐心这种美德最能确保我们达到完美；

[ænd; ənd] [ɪf] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [tuː; tə] [biː; bi] ['peɪʃ(ə)nt] [wɪð] ['ʌðə(r)z] , [wiː; wi] [mʌst; məst] [biː; bi] ['iːkwəli] [səʊ]

and	if	we	are	to	be	patient	with	others	,	we	must	be	equally	so
和	如果	我们	是	到	是	病人	和	其他的	,	我们	必须	是	同样地	所以

[wɪð] [ɑː'selvz] .

with	ourselves	.
和	我们自己	.

如果我们想要耐心对待他人，就必须同样耐心对待自己。

[meɪ] ['dʒiːzəs] [biː; bi] [ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv] [ðaɪ] [hɑːt] , [ænd; ənd] [ðaɪ] [hɑːt] [ɪn] [ðə; ði] [mɪdst] [ɒv; əv]

May	Jesus	be	in	the	midst	of	thy	heart	,	and	thy	heart	in	the	midst	of
可能	耶稣	是	在	这	中间	的	你的	心	,	和	你的	心	在	这	中间	的

['dʒiːzəs] !

Jesus	!
耶稣	!

愿耶稣在你心中，愿你的心在耶稣心中！

[meɪ] ['dʒi:zəs][lɪv; laɪv][ɪn][ðaɪ] [hɑ:t] , [ænd; ənd][ðaɪ] [hɑ:t] [ɪn]['dʒi:zəs] !
May **Jesus** **live** **in** **thy** **heart** **,** **and** **thy** **heart** **in** **Jesus** **!**
可能 耶稣 居住 在 你的 心 , 和 你的 心 在 耶稣 !

愿耶稣住在你心里，愿你的心住在耶稣里面!

[ɑ:'men; eɪ'men] . - .
Amen **.** **356** **.**
阿门 . - .

阿门。356。

[greɪt] [seɪnts] ['nevə(r)][ɑ:(r); ə(r)] ['gɪlti] [ɒv; əv]['mɔ:t(ə)l][sɪn] , [bʌt; bət]['əʊnli][ɒv; əv] ['ju:sləs] , [ɪl] - [taɪmd]
Great **saints** **never** **are** **guilty** **of** **mortal** **sin** **,** **but** **only** **of** **useless** **,** **ill** **-** **timed**
伟大的 圣徒 绝不 是 有罪的 的 凡人 罪 , 但 仅有的 的 无用 , 患病的 - 定时
,
,
,

伟大的圣人从不犯下死罪，而只会犯下无用、不合时宜的罪过。

[ɪm'pru:d(ə)nt] , [ænd; ənd] [ru:d] ['ækʃ(ə)nz] ; [slaɪt] [ækts][ɒv; əv] [ɪm'peɪʃ(ə)ns] , [slaɪt] [ɪk'sesɪz] [ɒv; əv][dʒɔɪ]
imprudent **,** **and** **rude** **actions** **;** **slight** **acts** **of** **impatience** **,** **slight** **excesses** **of** **joy**
轻率的 , 和 粗鲁的 行动 ; 轻微 行为 的 不耐烦 , 轻微 过剩 的 喜悦
, [ɒv; əv] [mɜ:θ] ,
, **of** **mirth** **,**
, 的 欢笑 ,

轻率、粗鲁的行为；轻微的不耐烦，轻微的过度喜悦、欢笑。

[slaɪt] ['feiliŋ] [ɪn]['vænəti] , [ænd; ənd]['ʌðə(r)][laɪk] [fɔ:lts] [ɑ:(r); ə(r)] ['ju:sləs] ['mu:vmənts] [ænd; ənd]
slight **failings** **in** **vanity** **,** **and** **other** **like** **faults** **are** **useless** **movements** **and**
轻微 缺点 在 虚荣 , 和 其他 喜欢 故障 是 无用 移动 和
irregularities168
irregularities168
irregularities168

虚荣心方面的轻微缺陷，以及其他类似的缺点，都是无用的动作和不规则之处。168

['ɪntu:] [wɪtʃ] [ðə; ðɪ][dʒʌst][fɔ:l]['sev(ə)n][taɪmz] — [ðæt] [ɪz] , ['veri] ['ɒf(ə)n] . - .
into **which** **the** **just** **fall** **seven** **times** **—** **that** **is** **,** **very** **often** **.** **357** **.**
进入 哪个 这 只是 落下 七 时代 — 那 是 , 非常 经常 . - .

其中恰好跌倒了七次——也就是说，非常频繁。357。

[ɪf] [aɪ] [wɒnt] ['əʊnli][pjʊə(r)]['wɔ:tə(r)] ,
If **I** **want** **only** **pure** **water** **,**
如果 我 想 仅有的 纯的 水 ,

如果我只想喝纯净水，

[wɒt] [dʌz] [ˌaɪ 'ti:]['mætə(r)] ['weðə(r)] [ˌaɪ 'ti:][bi:; bi] [brɔ:t] [ˌem 'i:][ɪn][ə; eɪ] [vɑ:z] [ɒv; əv][gəʊld][ɔ:(r)] [glɑ:s]
what **does** **it** **matter** **whether** **it** **be** **brought** **me** **in** **a** **vase** **of** **gold** **or** **glass**
什么 做 它 事情 无论 它 是 带来 我 在 一个 花瓶 的 金子 或者 玻璃
?
?
?

是用金瓶还是玻璃瓶装着给我，又有什么关系呢?

[wɒt] [ɪz][ˌaɪ 'ti:][tu:; tə][ˌem 'i:] ['weðə(r)] [ðə; ðɪ] [wɪl] [ɒv; əv] [gɒd] [bi:; bi] [prɪ'zentɪd] [tu:; tə][ˌem 'i:][ɪn]
What **is** **it** **to** **me** **whether** **the** **will** **of** **God** **be** **presented** **to** **me** **in**
什么 是 它 到 我 无论 这 将要 的 上帝 是 呈现 到 我 在
[ˌtrɪbju'leɪʃ(ə)n][ɔ:(r)][ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,
tribulation **or** **consolation** **,**
苦难 或者 安慰 ,

神的旨意是在患难中还是在安慰中向我显现，与我何干?

[sɪns] [ai][dɪ'zaɪə(r)][ænd; ənd] [si:k] ['əʊnli][ðə; ði][dɪ'vaɪn] [wɪl] ? - .

since	I	desire	and	seek	only	the	divine	will	?	358	.
自从	我	欲望	和	寻找	仅有的	这	神圣的	将要	?	-	.

因为我只渴望和寻求神的旨意？358.

[ə; eɪ] [hɑ:t] [ɪn'dɪfrənt] [tu:; tə][ɔ:l] [θɪŋz] [ɪz][laɪk][ə; eɪ][bɔ:l][ɒv; əv][wæks][ɪn][ðə; ði][hændz][ɒv; əv][gɒd] ,

A	heart	indifferent	to	all	things	is	like	a	ball	of	wax	in	the	hands	of	God	,
一个	心	冷漠	到	全部	事物	是	喜欢	一个	球	的	蜡	在	这	双手	的	上帝	,

一颗对万事万物漠不关心的心，就像上帝手中的一团蜡。

[tu:; tə] [rɪ'si:v] [ɔ:l][ðə; ði] [ɪm'preʃnz] [ɒv; əv][hɪz; ɪz][ɪ'tɜ:n(ə)l] [gʊd] ['pleʒə(r)] , [ə; eɪ] [hɑ:t] [wɪð] [nəʊ] [tʃɔɪs] ,

to	receive	all	the	impressions	of	his	eternal	good	pleasure	,	a	heart	with	no	choice	,
到	收到	全部	这	印象	的	他的	永恒	好的	乐趣	,	一个	心	和	不	选择	,

接受他永恒的喜悦所带来的一切感受，一颗没有选择的心，

[dɪ'spəʊzd][fɔ:(r); fə(r)][ɔ:l] [θɪŋz] , ['pleɪsɪŋ] [ɪts] [ə'fekʃn] , [nɒt][ɪn][ðə; ði] things169

disposed	for	all	things	,	placing	its	affection	,	not	in	the	things169
处置	为了	全部	事物	,	放置	它是	感情	,	不是	在	这	things169

它乐于接受一切事物，并将爱放在事物本身之外。169

[wɪtʃ] [gɒd] [wɪlz] , [bʌt; bət][ɪn][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd] [wɪtʃ] [dɪ'kri:z] [ðem; ðəm] . - .

which	God	wills	,	but	in	the	will	of	God	which	decrees	them	.	359	.
哪个	上帝	遗嘱	,	但	在	这	将要	的	上帝	哪个	法令	他们	.	-	.

是上帝所愿意的，但也是上帝所命定的旨意。359.

['pærədaɪs][ɪz][nəʊ][mɔ:(r)] ['pli:zɪŋ] [ðæn; ðən][ðə; ði] ['mɪzəriz] [ɒv; əv] [ðɪs] [wɜ:ld] ,

Paradise	is	no	more	pleasing	than	the	miseries	of	this	world	,
天堂	是	不	更多的	令人愉悦	比	这	苦难	的	这	世界	,

天堂并不比世间的苦难更令人愉悦。

[ɪf] [ðə; ði][dɪ'vaɪn] [gʊd] ['pleʒə(r)] [bi:; bi] ['i:kwəli] [ɪn][ðə; ði] ['mɪzəriz] [æz; əz][ɪn]['pærədaɪs] .

if	the	divine	good	pleasure	be	equally	in	the	miseries	as	in	paradise	.
如果	这	神圣的	好的	乐趣	是	同样地	在	这	苦难	作为	在	天堂	.

如果神圣的喜悦在苦难中与在天堂中一样重要。

['leɪbə(r)][ɪz]['pærədaɪs] , [ɪf] [ðə; ði][dɪ'vaɪn] [wɪl] [bi:; bi] [faʊnd] [ɪn][ˌaɪ 'ti:] , [ænd; ənd]['pærədaɪs]['leɪbə(r)] ,

Labour	is	paradise	,	if	the	divine	will	be	found	in	it	,	and	paradise	labour	,
劳动	是	天堂	,	如果	这	神圣的	将要	是	成立	在	它	,	和	天堂	劳动	,

如果能在劳动中找到神性，那么劳动就是天堂；而天堂般的劳动，

[ɪf] [ðə; ði][dɪ'vaɪn] [wɪl] [bi:; bi][nɒt][ɪn][ˌaɪ 'ti:] . - .

if	the	divine	will	be	not	in	it	.	360	.
如果	这	神圣的	将要	是	不是	在	它	.	-	.

如果神性不在其中。360。

[ðə; ði][dɪ'vaɪn] [gʊd] ['pleʒə(r)] [ɪz][ðə; ði] ['sɒvrɪn] ['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪ'tætʃt] [səʊl] ;

The	divine	good	pleasure	is	the	sovereign	object	of	the	detached	soul	;
这	神圣的	好的	乐趣	是	这	主权	目的	的	这	分离的	灵魂	;

[weər'evə(r)][ˌaɪ 'ti:] [si:z] [ˌaɪ 'ti:] ,

wherever	it	sees	it	,
无论	它	看到	它	,

超脱尘世的灵魂，其至高无上的目标便是神圣的至善喜悦；无论它在哪里看到它，

[ˌaɪ 'ti:] [rʌnz] [ɪn][ðə; ði]['əʊdə(r)][ɒv; əv][ɪts] ['pə:fju:mz] , [ʌn'si:sɪŋli] [si:k] [ðə; ði]['pleɪsɪz] [weə(r)] [ˌaɪ 'ti:] [məʊst][ə'baund] ,

it	runs	in	the	odour	of	its	perfumes	,	unceasingly	seeks	the	places	where	it	most	abounds	,
它	跑步	在	这	气味	的	它是	香水	,	不停地	寻找	这	地方	在哪里	它	最多	很多	,

它散发着香水的芬芳，不断地寻找着它最繁盛的地方。

[rɪ'gɑːdləs] [ɒv; əv][ɔːl]['ʌðə(r)] [θɪŋz] . - .
regardless of all other things . 170361 .
不管 的 全部 其他 事物 . - .

撇开其他一切不谈。170361。

[ɪn][ðə; ði]['mɒnəst(ə)ri][ɒv; əv][ðə; ði] [dɪ'vaʊt] [laɪf] [iːtʃ] [wʌn] [kən'sidə] [hɪm'self][ə; eɪ] ['nɒvɪs] ,
In the monastery of the devout life each one considers himself a novice ,
在 这 修道院 的 这 虔诚的 生活 每个 一 考虑 他自己 一个 新手 ,

在修道生活中，每个人都把自己视为初学者。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['laɪftaɪm][ɪz][dɪ'vəʊtɪd][tuː; tə][ə; eɪ][prə'beɪʃ(ə)n] [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [ruːl] [ɒv; əv][ðə; ði]
and a lifetime is devoted to a probation according to the rule of the
和 一个 寿命 是 奉献 到 一个 缓刑 根据 到 这 规则 的 这
['ɔːdə(r)] ;
order ;
命令 ;

终身都用于按照该组织的规定接受缓刑；

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][nɒt][ðə; ði] [sə'lemnəti] [ɒv; əv][ðə; ði] [vaʊz] [bʌt; bət][ðeə(r)] [fʊl'fɪlmənt] [wɪtʃ] [meɪks] ['nɔvɪsiz]
it is not the solemnity of the vows but their fulfilment which makes novices
它 是 不是 这 严肃 的 这 誓言 但 他们的 履行 哪个 制作 新手
[prə'fest] . - .
professed . 362 .
声称 . - .

使新修士成为正式修士的，不是誓言的庄严，而是誓言的履行。362.

[hiː; hi] [huː] ['ɑːdntli] [lʌvz] [gɒd] [dʌz] [nɒt] [tɜːn] [bæk] [hɪz; ɪz] [geɪz] [ə'pɒn][hɪm'self][tuː; tə][dɪ'skʌvə(r)]
He who ardently loves God does not turn back his gaze upon himself to discover
他 WHO 热切地 爱 上帝 做 不是 转动 后退 他的 目光 之上 他自己 到 发现
[wɒt] [hiː; hi][ɪz] ['duːɪŋ] ,
what he is doing ,
什么 他 是 正在做 ,

真正热爱上帝的人不会回头审视自己，看看自己做了什么。

[bʌt; bət] [kiːps] [hɪz; ɪz] [hɑːt] ['ɒkjupaɪd] [wɪð] [gɒd] , [ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv][hɪz; ɪz] [lʌv] .
but keeps his heart occupied with God , the object of his love .
但 保持 他的 心 占领 和 上帝 , 这 目的 的 他的 爱 .

但他心中始终充满着上帝，他所爱慕的对象。

[ə; eɪ] ['hev(ə)nli] ['kɒrɪstə(r)] [teɪks] [səʊ] [mʌtʃ] [dɪ'laɪt] [ɪn] ['pliːzɪŋ] [gɒd] ,
A heavenly chorister takes so much delight in pleasing God ,
一个 天上 唱诗班成员 需要 所以 很多 喜 在 令人愉悦 上帝 ,

天上的唱诗班成员以取悦上帝为乐，

[ðæt] [hiː; hi] [dɪ'zaɪr] [nəʊ] ['pleʒə(r)] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['meləʊdi] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] [vɔɪs] ,
that he desires no pleasure from the melody of his voice ,
那 他 欲望 不 乐趣 从 这 旋律 的 他的 嗓音 ,

他并不渴望从自己的歌声中获得任何乐趣。

[seɪv] [æz; əz][ˌaɪ 'tiː][ɪz] ['pliːzɪŋ] [tuː; tə][hɪz; ɪz] ['sɒvrɪn] . - .
save as it is pleasing to his Sovereign . 171363 .
节省 作为 它 是 令人愉悦 到 他的 主权 . - .

除非令其君主高兴。171363。

[ðeə(r)] [ɪz] ['nʌθɪŋ] [səʊ][sæd][æz; əz][tuː; tə] [sɜːv] [ə; eɪ]['mɑːstə(r)] [huː] [nəʊz] ['nʌθɪŋ] [ɒv; əv]['aʊə(r)]
There is nothing so sad as to serve a master who knows nothing of our
那里 是 没有什么 所以 伤心 作为 到 服务 一个 掌握 WHO 知道 没有什么 的 我们的
[dɪ'vəʊʃn] ,
devotion ,
虔诚 ,

世上最悲哀的事莫过于侍奉一位对我们的忠诚一无所知的主人。

[ɔː(r)] [huː] ， [ɪf] [hiː; hi] [nəʊz] [ˌaɪ 'tiː] ， [gɪvz] [nəʊ] [saɪn] [ɒv; əv] ['biːɪŋ] ['sætɪsfaɪd] [wɪð] [ˌaɪ 'tiː] ；

or	who	,	if	he	knows	it	,	gives	no	sign	of	being	satisfied	with	it	;
或者	WHO	，	如果	他	知道	它	，	给予	不	符号	的	存在	使满意	和	它	；

或者，如果他知道这一点，却丝毫没有表现出对此感到满意；

[ænd; ənd] [ˌaɪ 'tiː] [mʌst; məst] [biː; bi] [ə; eɪ] [strɒŋ] [lʌv] [wɪtʃ] [sə'steɪnz] [ɪt'self] [ə'ləʊn] ， [ˌʌnsə'pɔːtɪd] [baɪ]

and	it	must	be	a	strong	love	which	sustains	itself	alone	,	unsupported	by
和	它	必须	是	一个	强的	爱	哪个	维持	本身	独自的	，	不支持	经过

['eni] ['pleʒə(r)] [ɔː(r)] [ˌæspə'reɪʃ(ə)n] .

any	pleasure	or	aspiration	.
任何	乐趣	或者	抱负	.

而且，这必须是一种强大的爱，它能够独立存在，不受任何快乐或欲望的支撑。

[ðʌs] [dʌz] [ˌaɪ 'tiː] ['hæpən] [ɪn] [ðə; ði] ['eksəsaɪzɪz] [ɒv; əv] ['seɪkrɪd] [lʌv] ；

Thus	does	it	happen	in	the	exercises	of	sacred	love	;
因此	做	它	发生	在	这	练习	的	神圣	爱	；

在神圣之爱的实践中，这种情况也会发生；

[laɪk] [def] ['kɔristəz] [wiː; wi] [duː; də] [nɒt] [hɪə(r)] ['aʊə(r)] [əʊn] [vɔɪs] ， [ɒn] [ðə; ði] ['kɒntrəri] ，

like	deaf	choristers	we	do	not	hear	our	own	voice	,	on	the	contrary	,
喜欢	聋	唱诗班成员	我们	做	不是	听到	我们的	自己的	嗓音	，	在	这	相反	，

就像聋哑的合唱团成员一样，我们听不到自己的声音，恰恰相反。

[wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [ə'prest] [baɪ] [ə; eɪ] ['θaʊz(ə)nd] [fɪəz] ，

we	are	oppressed	by	a	thousand	fears	,
我们	是	受压迫者	经过	一个	千	恐惧	，

我们被千百种恐惧所压迫，

[ænd; ənd] [baɪ] [ðə; ði] ['ʌprɔː(r)] [wɪtʃ] [ðə; ði] ['dev(ə)l] [meɪks] [ə'baʊt] ['aʊə(r)] [hɑːt] ，

and	by	the	uproar	which	the	devil	makes	about	our	heart	,
和	经过	这	骚动	哪个	这	魔鬼	制作	关于	我们的	心	，

以及魔鬼在我们心中制造的骚动，

[sə'dʒestɪŋ] [ðæt] [wiː; wi] [ɑː(r); ə(r)] [nɒt] ['pliːzɪŋ] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['mɑːstə(r)] ， [ðæt] ['aʊə(r)] [lʌv] [ɪz] ['juːsləs] ，

suggesting	that	we	are	not	pleasing	to	our	Master	,	that	our	love	is	useless	,
建议	那	我们	是	不是	令人愉悦	到	我们的	掌握	，	那	我们的	爱	是	无用	，

这暗示着我们无法取悦我们的主，我们的爱毫无用处。

[jeɪ] ， ['iːv(ə)n] [fɔːls] [ænd; ənd] [veɪn] .

yea	,	even	false	and	vain	.
是的	，	甚至	错误的	和	徒劳	.

是的，甚至是虚假和虚荣的。

[əʊ] ， [maɪ] [dɪə(r)] - !

Oh	,	my	dear	Theotime	!
哦	，	我的	亲爱的	-	!

哦，我亲爱的Theotime！

[ˌaɪ 'tiː] [ɪz] [ðen] [wiː; wi] [mʌst; məst] ['mænɪfest] [æn; ən] [ɪn'vɪnsəb(ə)l] [fɪ'deləti] [tuː; tə] ['aʊə(r)] ['seɪvjə(r)] ， ['sɜːvɪŋ]

it	is	then	we	must	manifest	an	invincible	fidelity	to	our	Saviour	,	serving
它	是	然后	我们	必须	显现	一个	无敌	忠诚	到	我们的	救主	，	服务

[hɪm] purely172

Him	purely172
他	purely172

那时，我们必须展现对救主坚定不移的忠诚，全心全意地侍奉祂。172

[fɔː(r); fə(r)] [lʌv] [ɒv; əv] [hɪz; ɪz] [wɪl] ， [nɒt] ['əʊnli] [wɪ'ðaʊt] ['pleʒə(r)] ，

for	love	of	his	will	,	not	only	without	pleasure	,
为了	爱	的	他的	将要	，	不是	仅有的	没有	乐趣	，

出于对他意志的爱，不仅没有快乐，

[bʌt; bət][ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv][ðɪs]['delju:dʒ][ɒv; əv]['sædnəs] , [t'ɛɹəz] , [ə'lɑ:mz] , [ænd; ənd]

but	in	the	midst	of	this	deluge	of	sadness	,	terrors	,	alarms	,	and
但	在	这	中间	的	这	洪水	的	悲伤	,	恐怖	,	警报	,	和

[temp'teiʃənz] . - .

temptations	.	364	.
诱惑	.	-	.

但在悲伤、恐惧、惊恐和诱惑的洪流之中。364.

[nəʊ] , [lɔ:d] , [ai] [wɪʃ] [fɔ:(r); fə(r)][nəʊ] [ɪ'vent] ;

No	,	Lord	,	I	wish	for	no	event	;
不	,	主	,	我	希望	为了	不	事件	;

不，主啊，我不想发生任何事；

[fɔ:(r); fə(r)][ai] [li:v] [ði:] [tu:; tə] [wɪl] [ˌaɪ 'ti:][fɔ:(r); fə(r)][ˌem 'i:][æz; əz] [ðaʊ] [pli:z] ;

for	I	leave	Thee	to	will	it	for	me	as	Thou	pleasest	;
为了	我	离开	汝	到	将要	它	为了	我	作为	你	请	;

因为我将一切交托于你，任由你按你的旨意为我安排；

[bʌt; bət] [ɪn'sted] [ɒv; əv] ['wɪʃɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] [ɪ'vents] [ai] [bles] [ði:] [fɔ:(r); fə(r)] [ðəʊz] [ðaʊ] [hæz; həz]

but	instead	of	wishing	for	events	I	bless	Thee	for	those	Thou	has
但	反而	的	祝	为了	活动	我	保佑	汝	为了	那些	你	有

[ɔ:'deɪnd] .

ordained	.
受戒	.

但我并不祈求发生某些事，而是感谢你安排的一切。

['fɑ:ðə(r)] , [ai][ˌeɪ 'em] [ðaɪn] .

Father	,	I	am	thine	.
父亲	,	我	是	你的	.

父亲，我是属于你的。

[ai] [nəʊ] [nɒt] [wɒt] [ai][ʃʊd; ʃəd] [wɪʃ] ;

I	know	not	what	I	should	wish	;
我	知道	不是	什么	我	应该	希望	;

我不知道自己应该许什么愿；

[ˌaɪ 'ti:][ɪz][fɔ:(r); fə(r)] [ði:] [tu:; tə] [wɪl] [ænd; ənd][du:; də][fɔ:(r); fə(r)][ˌem 'i:][ɔ:l] [ðæt] [ʃæl; ʃəl] [si:m] [tu:; tə]

it	is	for	Thee	to	will	and	do	for	me	all	that	shall	seem	to
它	是	为了	汝	到	将要	和	做	为了	我	全部	那	将	似乎	到

[ði:] [gʊd] .

Thee	good	.
汝	好的	.

一切你认为对我很好的事，都由你来决定并做。

“ [maɪ]['fɑ:ðə(r)]['tru:li] [lʌvz] [ˌem 'i:] , [ænd; ənd][ai][ˌeɪ 'em] ['həʊlli] [hɪz; ɪz] . ” - .

“	My	Father	truly	loves	me	,	and	I	am	wholly	his	.	”	365	.
“	我的	父亲	真的	爱	我	,	和	我	是	完全	他的	.	”	-	.

“我的父亲真心爱我，我完全属于他。”365.

[əʊ]['dʒi:zəs] !

O	Jesus	!
哦	耶稣	!

哦，耶稣！

[bi:; bi][maɪ] ['swi:tnəs] [ænd; ənd][maɪ] ['hʌni] ; ['swi:tn] [maɪ] [hɑ:t] [baɪ][ðə; ði] ['swi:tnəs] [ɒv; əv] [ðaɪn]

be	my	sweetness	and	my	honey	;	sweeten	my	heart	by	the	sweetness	of	thine
是	我的	甜味	和	我的	蜂蜜	;	甜味	我的	心	经过	这	甜味	的	你的

. - .

.	173366	.
.	-	.

做我的甜蜜和我的蜂蜜；用你的甜蜜来甜蜜我的心。173366。

[tuː; tə] [huːm] [ɪz][hiː; hi][nɒt] [gʊd] , [ðɪs] ['sɒvrɪn] [lʌv] [ɒv; əv] [hɑːts] ?

To	whom	is	He	not	good	,	this	Sovereign	Love	of	hearts	?
到	谁	是	他	不是	好的	,	这	主权	爱	的	心	?

祂对谁不好呢？祂是至高无上的爱，祂的爱惠及所有人心。

[ðəʊz] [huː] [teɪst] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['swiːtnəs] [kæn; kən]['nevə(r)][biː; bi]['seɪtɪd][ˌðeə'wɪð; ˌðeə'wɪθ] ,

Those	who	taste	of	his	sweetness	can	never	be	sated	therewith	,
那些	WHO	品尝	的	他的	甜味	能	绝不	是	满足	由此	,

尝过他甘甜的人，永远不会感到满足。

[ænd; ənd] [ðəʊz] [huː] [ə'prəʊtʃ] [hɪz; ɪz] [hɑːt] ['kænɒt] [kən'teɪn][ðeə(r)] [əʊn] [wɪð] ['preɪzɪŋ] [ænd; ənd]

and	those	who	approach	His	heart	cannot	contain	their	own	with	praising	and
和	那些	WHO	方法	他的	心	不能	包含	他们的	自己的	和	赞扬	和

['blesɪŋ] [hɪm][fɔː(r); fə(r)]['evə(r)] .

blessing	Him	for	ever	.
祝福	他	为了	曾经	.

凡亲近祂的人，都会情不自禁地永远赞美祂、祝福祂。

[kən'tɪnjuː] [tuː; tə][juː'naɪt] [jɔː'self] [mɔː(r)][ænd; ənd][mɔː(r)][tuː; tə] [ðɪs] [dɪə(r)]['seɪvjə(r)] .

Continue	to	unite	yourself	more	and	more	to	this	dear	Saviour	.
继续	到	团结	你自己	更多的	和	更多的	到	这	亲爱的	救主	.

要继续与这位亲爱的救主更加紧密地联系在一起。

['beri] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪn][ðə; ði] ['tʃærətɪ] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] , [ænd; ənd][let][ˌjuː 'es] [seɪ] [wɪð] [ɔːl]['aʊə(r)] [hɑːt] :

Bury	your	heart	in	the	charity	of	his	,	and	let	us	say	with	all	our	heart	:
埋葬	你的	心	在	这	慈善机构	的	他的	,	和	让	我们	说	和	全部	我们的	心	:

将你的心埋入他的仁慈之中，让我们由衷地说：

“ [meɪ] [aɪ][daɪ][ænd; ənd]['dʒiːzəs][lɪv; laɪv] ;

“	May	I	die	and	Jesus	live	;
“	可能	我	死	和	耶稣	居住	;

愿我死，耶稣活；

[ðɪs] [ʃæl; ʃəl][biː; bi][ə; eɪ] ['hæpi] [deθ] [ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [teɪk] [pleɪs] [ɪn] [ðɪs] [laɪf] .

this	shall	be	a	happy	death	if	it	take	place	in	this	life	.
这	将	是	一个	快乐的	死亡	如果	它	拿	地方	在	这	生活	.

如果这发生在今生，那将是一种幸福的死亡。

” [meɪ] [juː; jʊ][biː; bi]['blesɪd; blest] [wɪð] [ðə; ði] [ˌbenɪ'dɪkʃ(ə)n] [wɪtʃ] [ðə; ði][dɪ'vaɪn] ['gʊdnəs] [hæz; həz]

”	May	you	be	blessed	with	the	benediction	which	the	Divine	Goodness	has
”	可能	你	是	蒙福	和	这	祝福	哪个	这	神圣的	善良	有

[prɪ'peəd] [fɔː(r); fə(r)] [hɑːts] [wɪtʃ] [ə'bændən] [ðəm'selvz] [ə; eɪ] [preɪ] [tuː; tə][hɪz; ɪz]['seɪkrɪd][ænd; ənd]

prepared	for	hearts	which	abandon	themselves	a	prey	to	his	sacred	and
准备	为了	心	哪个	放弃	他们自己	一个	猎物	到	他的	神圣	和

['həʊli] [lʌv] . - .

holy	love	.	174367	.
圣	爱	.	-	.

“愿你蒙受神圣的恩泽，祂为那些将自己交付于祂神圣之爱的心灵所预备的祝福。174367.

[juː; jʊ][mʌst; məst][baʊ; bəʊ][jɔː(r); jə(r)] [hed] [ænd; ənd][beə(r)] [jɔː'self] ['kɒntrəri] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)]['hæbɪts]

You	must	bow	your	head	and	bear	yourself	contrary	to	your	habits
你	必须	弓	你的	头	和	熊	你自己	相反	到	你的	习惯

[ɔː(r)] [ˌinkli'neiʃən] .

or	inclinations	.
或者	倾向	.

你必须低下头，举止违背你的习惯或倾向。

[lɪv; laɪv] ['hʌmbli] [bɪ'fɔ:(r)] [gɒd] , ['eɪmiəbli] [wɪð] [jɔ:(r); jə(r)] ['neɪbə(r)] , [ænd; ənd] ['swi:tli] [wɪð] [jɔ:'self]

Live	humbly	before	God	,	amiably	with	your	neighbour	,	and	sweetly	with	yourself
居住	谦卑地	前	上帝	,	友好地	和	你的	邻居	,	和	甜蜜地	和	你自己

. - .

. 368 .

. - .

在上帝面前谦卑，与邻舍和睦相处，对自己温柔以待。368.

[kɑ:st][jɔ:(r); jə(r)] [θɔ:ts] ['ɜ:nɪstli] [ə'pɒn][ðə; ðɪ] ['ʃəuldəz] [ɒv; əv][ðə; ðɪ]['seɪvjə(r)] , [ænd; ənd][hi:; hi]

Cast	your	thoughts	earnestly	upon	the	shoulders	of	the	Saviour	,	and	He
投掷	你的	想法	切实	之上	这	肩膀	的	这	救主	,	和	他

[wɪl] [sə'pɔ:t] [ænd; ənd] ['streŋ(k)θn] [ju:; jʊ] .

will	support	and	strengthen	you	.
将要	支持	和	加强	你	.

将你的思虑全然交托给救主，祂必扶持你，坚固你。

[wen] [hi:; hi] [kɔ:lz] [ju:; jʊ] [tu:; tə] [ə; eɪ] [kaɪnd] [ɒv; əv] ['sɜ:vɪs] [wɪtʃ] [ɪz] ['kɒntrəri] [tu:; tə] [jɔ:(r); jə(r)] [teɪst] ,

When	He	calls	you	to	a	kind	of	service	which	is	contrary	to	your	taste	,
什么时候	他	呼叫	你	到	一个	种类	的	服务	哪个	是	相反	到	你的	品尝	,

当祂呼召你去做一件与你喜好相悖的事时，

[jɔ:(r); jə(r)] ['kʌrɪdʒ] [ʃʊd; ʃəd] [nɒt] [bi:; bi] [les] , [bʌt; bət] ['rɑ:ðə(r)] [mɔ:(r)] [ðæn; ðən] [ɪf] [jɔ:(r); jə(r)] [teɪst]

your	courage	should	not	be	less	,	but	rather	more	than	if	your	taste
你的	勇气	应该	不是	是	较少的	,	但	相当	更多的	比	如果	你的	品尝

[kən'kə:] [wɪð] [hɪz; ɪz] ['pleʒə(r)] ,

concurred	with	his	pleasure	,
同意	和	他的	乐趣	,

即使你的喜好与他的喜好一致，你的勇气也不应减少，反而应该更大。

[fɔ:(r); fə(r)] [weə(r)] [ðeə(r)] [ɪz] [li:st] [ɒv; əv] [self] [ðə; ðɪ] [wɜ:k] [gəʊz] [best] .

for	where	there	is	least	of	self	the	work	goes	best	.
为了	在哪里	那里	是	至少	的	自己	这	工作	去	最好的	.

自我意识越弱，工作进展就越顺利。

[du:; də] [nɒt] [pə'mɪt] [jɔ:(r); jə(r)] [maɪnd] [tu:; tə] [kən'sɪdə(r)] [ɪt'self] , [ɪts] [p'aʊəz] , [ɪts] [,inkli'neiʃən] .

Do	not	permit	your	mind	to	consider	itself	,	its	powers	,	its	inclinations	.
做	不是	允许	你的	头脑	到	考虑	本身	, 它是	权力	, 它是	倾向	.		

不要让你的思想去思考自身、自身的力量和自身的倾向。

[ju:; jʊ] [mʌst; məst] [ki:p] [jɔ:(r); jə(r)] eyes175

You	must	keep	your	eyes175
你	必须	保持	你的	eyes175

你必须睁大眼睛175

[fɪkst] [ə'pɒn][ðə; ðɪ] [gʊd] ['pleʒə(r)] [ɒv; əv][gɒd] , [ænd; ənd][ə'pɒn] ['prɒvɪdəns] . - .

fixed	upon	the	good	pleasure	of	God	,	and	upon	Providence	.	369	.
固定的	之上	这	好的	乐趣	的	上帝	,	和	之上	普罗维登斯	.	-	.

专注于上帝的旨意和天意。369.

[wi:; wi][mʌst; məst][nɒt][ə'mju:z] [ɑ:'selvz] [wɪð] ['diskɔ:s, dis'kɔ:s] [wen] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] [rʌn] ,

We	must	not	amuse	ourselves	with	discoursing	when	we	should	run	,
我们	必须	不是	娱乐	我们自己	和	论述	什么时候	我们	应该	跑步	,

我们应该奔跑的时候，不应该沉迷于闲聊。

[nɔ:(r)] [wɪð] ['tʃætɪŋ] [ə'baʊt] ['dɪfɪkəltɪz] [wen] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] ['kɒŋkə(r)] [ðem; ðəm] .

nor	with	chatting	about	difficulties	when	we	should	conquer	them	.
也不	和	聊天	关于	困难	什么时候	我们	应该	征服	他们	.

也不要闲聊困难，而应该克服困难。

[seɪ] [kə'reɪdʒəsli] : “ [ai] [wɪl] [duː; də] [mʌtʃ] ; [nɒt][ai] , [bʌt; bət][ðə; ði] [greɪs] [ɒv; əv][gɒd] [wɪtʃ] [ɪz]

Say	courageously	:	“	I	will	do	much	;	not	I	,	but	the	grace	of	God	which	is
说	勇敢地	:	“	我	将要	做	很多	;	不是	我	,	但	这	优雅	的	上帝	哪个	是

[wɪ'ðɪn] [ˌem 'iː] . ” - .

within	me	.	”	370	.
之内	我	.	”	-	.

勇敢地说：“我将成就大事；不是我，而是我里面的神的恩典。”370.

[həʊld][ðə; ði] [krɒs] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [lɔːd] [ə'pɒn][jɔː(r); jə(r)] [brest] ,

Hold	the	cross	of	our	Lord	upon	your	breast	,
抓住	这	叉	的	我们的	主	之上	你的	胸部	,

将主的十字架抱在胸前，

[ænd; ənd][æz; əz] [lɒŋ] [æz; əz][juː; jʊ] ['fɜːmli] [klɑːsp][ˌaɪ 'tiː][ɪn][jɔː(r); jə(r)] [ɑːmz] ,

and	as	long	as	you	firmly	clasp	it	in	your	arms	,
和	作为	长的	作为	你	牢牢	搭扣	它	在	你的	武器	,

只要你紧紧地把它抱在怀里，

[ðə; ði] ['enəmi] [wɪl] [biː; bi][æt; ət][jɔː(r); jə(r)] [fiːt] . - .

the	enemy	will	be	at	your	feet	.	371	.
这	敌人	将要	是	在	你的	脚	.	-	.

敌人将臣服于你脚下。371.

[ɑː] ! [haʊ] [ai] [wʊd] [laɪk][tuː; tə] [siː] you176

Ah	!	how	I	would	like	to	see	you176
啊	!	如何	我	会	喜欢	到	看	you176

啊！我多么想见到你啊176

['ɔːlweɪz] [træns'fɪgjəd] [ɪn]['aʊə(r)] [lɔːd] !

always	transfigured	in	our	Lord	!
总是	变形	在	我们的	主	!

永远在我们的主里焕然一新！

[əʊ] !

Oh	!
哦	!

哦！

[haʊ] ['bjuːtɪf(ə)l] [ɪz][hɪz; ɪz] [feɪs] , [haʊ] [swiːt] [hɪz; ɪz] [aɪz] [ɪn][ðeə(r)] ['wʌndəf(ə)l] ['dʒent(ə)lnəs] ,

how	beautiful	is	his	face	,	how	sweet	his	eyes	in	their	wonderful	gentleness	,
如何	美丽的	是	他的	脸	,	如何	甜的	他的	眼睛	在	他们的	精彩的	温柔	,

他的脸庞多么俊美，他的眼睛多么温柔动人！

[ænd; ənd] [haʊ] [gʊd] [ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [wɪð] [hɪm][ɒn][ðə; ði] [maʊnt] [ɒv; əv]['glɔːri] !

and	how	good	it	is	to	be	with	Him	on	the	mount	of	glory	!
和	如何	好的	它	是	到	是	和	他	在	这	山	的	荣耀	!

能与祂一同在荣耀之山上，是多么美好啊！

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][ðeə(r)][wiː; wi][ʃʊd; ʃəd] [lɒdʒ] ['aʊə(r)] [əˈfekʃən] , [ænd; ənd][nɒt][ɒn] [ðɪs] [ɜːθ] ,

It	is	there	we	should	lodge	our	affections	,	and	not	on	this	earth	,
它	是	那里	我们	应该	小屋	我们的	情感	,	和	不是	在	这	地球	,

我们应该将情感寄托于那里，而不是这尘世之间。

[weə(r)] [ðeə(r)][ɪz] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət] ['empti] ['bjuːti] [ænd; ənd] [fɔːls] ['vænəti] . - .

where	there	is	nothing	but	empty	beauty	and	false	vanity	.	372	.
在哪里	那里	是	没有什么	但	空的	美丽	和	错误的	虚荣	.	-	.

那里只有空洞的美丽和虚假的虚荣。372.

[meɪ] [gɒd] [gɪv] [juː; jʊ] [streŋθ] [tuː; tə] [breɪk] [ðə; ði] [taɪz] [wɪtʃ] [prɪ'vent] [juː; jʊ] [frɒm; frəm] ['fɒləʊɪŋ]

May	God	give	you	strength	to	break	the	ties	which	prevent	you	from	following
可能	上帝	给	你	力量	到	休息	这	领带	哪个	防止	你	从	下列的

[ðə; ði] ['hev(ə)nli] [ət'rækʃnz] [ɒv; əv] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] !

the	heavenly	attractions	of	your	heart	!
这	天上	景点	的	你的	心	!

愿上帝赐予你力量，挣脱阻碍你追随内心渴望的束缚!

[ɑː] !

Ah	!
啊	!

啊!

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][sæd][tuː; tə] [siː] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [biː] [ɪn][ðə; ði] ['tretʃərəs] [kɔɪlz] [ɒv; əv][ə; eɪ]['spaɪdə(r)] ,

it	is	sad	to	see	a	little	bee	in	the	treacherous	coils	of	a	spider	,
它	是	伤心	到	看	一个	小的	蜜蜂	在	这	奸诈	线圈	的	一个	蜘蛛	,

看到一只小蜜蜂被困在蜘蛛的毒蛇身中，真令人难过。

[bʌt; bət] [ɪf] [ə; eɪ] ['feɪvərəb(ə)l] [wɪnd] [ɒv; əv] [greɪs] [breɪk] [ðiːz] ['retʃɪd] ['fetəz] , [ðiːz] [ʌn'fɔːtʃənət]

but	if	a	favourable	wind	of	grace	break	these	wretched	fetters	,	these	unfortunate
但	如果	一个	有利	风	的	优雅	休息	这些	可怜	镣铐	,	这些	不幸

['meʃɪz] ,

meshes	,
网格	,

但如果一股顺风之神吹散了这些可怜的枷锁，这些不幸的枷锁，

[waɪ] [dʌz] [nɒt] [ðɪs] [dɪə(r)] [biː] ['heɪs(ə)n] to177

why	does	not	this	dear	bee	hasten	to177
为什么	做	不是	这	亲爱的	蜜蜂	趋	to177

为什么这只亲爱的蜜蜂不赶紧飞到177?

[ˌdɪsɪn'tæŋg(ə)l][ɪt'self][ænd; ənd] [prə'siːd] [tuː; tə][ðə; ði] ['meɪkɪŋ] [ɒv; əv][ɪts] [swiːt] ['hʌni] . - .

disentangle	itself	and	proceed	to	the	making	of	its	sweet	honey	.	373	.
解开	本身	和	继续	到	这	制作	的	它是	甜的	蜂蜜	.	-	.

它解开自身，开始酿造甜美的蜂蜜。373.

[ðə; ði] [stɪŋ] [ɒv; əv] ['hʌni] - ['biːz] [ɪz] [mʌtʃ] [mɔː(r)]['deɪndʒərəs] [ðæn; ðən] [ðæt] [ɒv; əv]['ʌðə(r)] ['biːz] ,

The	sting	of	honey	-	bees	is	much	more	dangerous	than	that	of	other	bees	,
这	蜇	的	蜂蜜	-	蜜蜂	是	很多	更多的	危险的	比	那	的	其他	蜜蜂	,

蜜蜂的蜇刺比其他蜜蜂的蜇刺危险得多。

[ænd; ənd][səʊ][ðə; ði]['mækə'neiʃənz -mæʃ][ɒv; əv] [frendz] [ə'genst] [ˌjuː 'es][ɑː(r); ə(r)] [ɪk'siːdɪŋli] [hɑːd]

and	so	the	machinations	of	friends	against	us	are	exceedingly	hard
和	所以	这	阴谋	的	朋友们	反对	我们	是	非常	难的

[tuː; tə][beə(r)] ;

to	bear	;
到	熊	;

因此，朋友们对我们的阴谋诡计实在令人难以忍受;

[bʌt; bət][wiː; wi][mʌst; məst][ɪn'djʊə(r)][ðem; ðəm] , [beə(r)] [wɪð] [ðem; ðəm] , [ænd; ənd]['faɪnəli] [lʌv]

but	we	must	endure	them	,	bear	with	them	,	and	finally	love
但	我们	必须	忍受	他们	,	熊	和	他们	,	和	最后	爱

[ðem; ðəm][æz; əz][dɪə(r)] [kɒntrə'dɪkʃnz] .

them	as	dear	contradictions	.
他们	作为	亲爱的	矛盾	.

但我们必须忍受它们，包容它们，最终将它们视为珍贵的矛盾体而爱上它们。

[wiː; wi][mʌst; məst] ['æbsəluːtli] , [ɪn'veəriəbli] , [ænd; ənd][ɪn'vaɪələbli][dɪ'zaɪə(r)]['əʊnli][gɒd] .

We	must	absolutely	,	invariably	,	and	inviolably	desire	only	God	.
我们	必须	绝对地	,	总是	,	和	不可侵犯	欲望	仅有的	上帝	.

我们必须绝对、始终、不可动摇地只渴望上帝。

[bʌt; bət][ðə; ði] [miːnz] [ɒv; əv] ['sɜːvɪŋ] [hɪm][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][ðə; ði]['ɒbdʒɪkt; əb'dʒekt][ɒv; əv][ə; eɪ]['veri]

But	the	means	of	serving	Him	should	be	the	object	of	a	very
但	这	方法	的	服务	他	应该	是	这	目的	的	一个	非常

['fiːb(ə)l][dɪ'zaɪə(r)][ɒn]['aʊə(r)][pɑːt] ,

feeble	desire	on	our	part	,
微弱	欲望	在	我们的	部分	,

但是，我们对侍奉祂的方式应该只有非常微弱的渴望。

[səʊ][ðæt] [ɪf] [wʌn] [miːnz] [biː; bi]['teɪkən][frɒm; frəm][juː 'es][wiː; wi][ʃæl; ʃəl][nɒt][biː; bi] ['greɪtli] [ə'fektɪd]

so	that	if	one	means	be	taken	from	us	we	shall	not	be	greatly	affected
所以	那	如果	一	方法	是	已采取	从	我们	我们	将	不是	是	非常	做作的

[ˌðeə'baɪ] .

thereby	.
从而	.

因此，即使我们失去一种手段，我们也不会受到太大影响。

['aʊə(r)][dɪ'zaɪə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['evriθɪŋ] [wɪtʃ] [ɪz][nɒt][gɒd][ʃʊd; ʃəd][biː; bi]['veri] [wiːk] [ænd; ənd]

Our	desire	for	everything	which	is	not	God	should	be	very	weak	and
我们的	欲望	为了	一切	哪个	是	不是	上帝	应该	是	非常	虚弱的	和

[ɪn'dɪfrənt] . - .

indifferent	.	178374	.
冷漠	.	-	.

我们对除上帝以外的一切事物的渴望应该非常微弱和冷漠。178374

[wen] [wiː; wi][ɑː(r); ə(r)] [ɪl] [ɪn]['bɒdi][wiː; wi][mʌst; məst][ɪg'zækt][ɒv; əv]['aʊə(r)][maɪndz]['əʊnli][ækts][ɒv; əv]

When	we	are	ill	in	body	we	must	exact	of	our	minds	only	acts	of
什么时候	我们	是	患病的	在	身体	我们	必须	精确的	的	我们的	思想	仅有的	行为	的

[səb'mɪʃn] [ænd; ənd] [ək'septəns] [ɒv; əv]['leɪbə(r)] ,

submission	and	acceptance	of	labour	,
提交	和	验收	的	劳动	,

当我们身体生病时，我们的思想只能要求我们顺从并接受劳动。

[ænd; ənd][ækts][juː'naɪtɪŋ]['aʊə(r)] [wɪl] [wɪð] [ðə; ði] [gʊd] ['pleʒə(r)] [ɒv; əv][gɒd] ,

and	acts	uniting	our	will	with	the	good	pleasure	of	God	,
和	行为	联合	我们的	将要	和	这	好的	乐趣	的	上帝	,

以及使我们的意志与上帝的喜悦相一致的行为，

[wɪtʃ] [ækts][ɑː(r); ə(r)] [fɔːmd] [ɪn][ðə; ði][suː'pɪərɪə(r)][pɑːt][ɒv; əv][ðə; ði][səʊl] .

which	acts	are	formed	in	the	superior	part	of	the	soul	.
哪个	行为	是	形成	在	这	优越的	部分	的	这	灵魂	.

哪些行为是在灵魂的高级部分形成的?

[æz; əz][tuː; tə][ɪk'stɪərɪə(r)]['ækʃ(ə)nz] , [wiː; wi][mʌst; məst] [pə'fɔːm] [ðem; ðəm][æz; əz][best][wiː; wi][kæn; kən] ,

As	to	exterior	actions	,	we	must	perform	them	as	best	we	can	,
作为	到	外部的	行动	,	我们	必须	履行	他们	作为	最好的	我们	能	,

['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi]['læŋgwɪdli] ,

even	though	it	be	languidly	,
甚至	尽管	它	是	懒洋洋地	,

至于外在行为，我们必须尽力而为，即使做得有些懒散。

['hevɪli] , [ænd; ənd] [ə'genst] ['aʊə(r)] [ˌɪnkli'neɪʃən] ; [ænd; ənd][tuː; tə] [meɪk] [ðem; ðəm][ək'septəb(ə)l][tuː; tə]

heavily	,	and	against	our	inclinations	;	and	to	make	them	acceptable	to
重度	,	和	反对	我们的	倾向	;	和	到	制作	他们	可接受	到

[dɪ'vaɪn] [lʌv] ,

Divine	Love	,
神圣的	爱	,

沉重地，违背我们的意愿；并且为了使他们被神圣的爱所接受，

[wiː; wi] [mʌst; məst] [əkˈnɒlɪdʒ] , [əkˈsept] , [ænd; ənd] [ˈtʃerɪʃ] [ðə; ði] [ˈhəʊli] [æbˈdʒekʃən] [ɒv; əv] [ˈaʊə(r)]

we	must	acknowledge	,	accept	,	and	cherish	the	holy	abjection	of	our
我们	必须	承认	,	接受	,	和	珍惜	这	圣	落魄	的	我们的

[steɪt] .

state	.
状态	.

我们必须承认、接受并珍惜我们国家神圣的卑微。

[ɪn] [ðɪs] [weɪ] [juː; jʊ] [wɪl] [tʃeɪndʒ] [ðə; ði] [liːd] [ɒv; əv] [jɔː(r); jə(r)] [ˈlæŋgə(r)] [ˈɪntuː] [gəʊld] ,

In	this	way	you	will	change	the	lead	of	your	languor	into	gold	,
在	这	方式	你	将要	改变	这	带领	的	你的	倦怠	进入	金子	,

这样，你就能将你的倦怠转化为黄金。

[ænd; ənd] [ðæt] , [tuː] , [faɪnə] [gəʊld] [ðæn; ðən] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [kʊd; kəd] [ˈɒfə(r)] [ɪn] [ɪts] [bɹˈaɪtəst] [ænd; ənd]

and	that	,	too	,	finer	gold	than	your	heart	could	offer	in	its	brightest	and
和	那	,	也	,	更精细	金子	比	你的	心	可以	提供	在	它是	最亮的	和

[ˈhæpɪst] [ˈmoʊmənts] . - .

happiest	moments	.	179375	.
最快乐	时刻	.	-	.

而且，那比你内心最光明、最快乐的时刻所能给予的黄金还要纯正。179375。

[ˌaɪ ˈtiː] [siːm] [tuː; tə] [ˌem ˈiː] [ðæt] [aɪ] [siː] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [bɪˈfɔː(r)] [ˌem ˈiː] [laɪk] [ə; eɪ] [ˈdaɪəl] [pleɪst] [ɪn] [ðə; ði]

It	seems	to	me	that	I	see	your	heart	before	me	like	a	dial	placed	in	the
它	似乎	到	我	那	我	看	你的	心	前	我	喜欢	一个	拨号	放置	在	这

[sʌn] ,

sun	,
太阳	,

在我看来，你的心就像放在阳光下的表盘一样清晰可见。

[wɪtʃ] [ˈnevə(r)] [muːvz] , [waɪl] [ɪts] [ˈniːd(ə)l] [ænd; ənd] [ˈbæləns] [ɑː(r); ə(r)] [kənˈtɪnjuəli] [ɪn] [ˈməʊʃn] ,

which	never	moves	,	while	its	needle	and	balance	are	continually	in	motion	,
哪个	绝不	移动	,	尽管	它是	针	和	平衡	是	持续	在	运动	,

它本身纹丝不动，而它的指针和平衡锤却一直在运动。

[ˈevə(r)] [ˈtɜːnɪŋ] [təˈwɔːdz] [ðə; ði] [ˈbjuːtɪf(ə)l] [ˈplænɪt] ; [fɔː(r); fə(r)] [jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] [ɪn] [laɪk] [ˈmænə(r)]

ever	turning	towards	the	beautiful	planet	;	for	your	heart	in	like	manner
曾经	转弯	向	这	美丽的	行星	;	为了	你的	心	在	喜欢	方式

[rɪˈmeɪnz] [ˈməʊʃnləs] ,

remains	motionless	,
遗迹	静止不动	,

永远面向这颗美丽的星球；因为你的心也同样静止不动。

[waɪl] [jɔː(r); jə(r)] [wɪl] [ɪz] [kənˈtɪnjuəli] [ˈtɜːnɪŋ] [baɪ] [miːnz] [ɒv; əv] [ɪts] [gʊd] [dɪˈzaɪr] [təˈwɔːdz] [gɒd] . -

while	your	will	is	continually	turning	by	means	of	its	good	desires	towards	God	.	376
尽管	你的	将要	是	持续	转弯	经过	方法	的	它是	好的	欲望	向	上帝	.	-

.

:
.

而你的意志却因着美好的愿望而不断地转向神。376.

[haʊ] [ɪz] [jɔː(r); jə(r)] [pɔː(r); pʊə(r)] [hɑːt] ?

How	is	your	poor	heart	?
如何	是	你的	贫穷的	心	?

你的心脏还好吗?

[ɪz] [ˌaɪ ˈtiː] [ˈɔːlweɪz] [ˈvæliənt] [ænd; ənd] [ˈvɪdʒɪlənt] [əˈgenst] [əˈtæks] [ɒv; əv] [ˈsædnəs] ?

Is	it	always	valiant	and	vigilant	against	attacks	of	sadness	?
是	它	总是	英勇	和	警惕的	反对	攻击	的	悲伤	?

它是否始终勇敢警惕，抵御悲伤的侵袭?

[ɪn] [gɑːdz] [neɪm] , [duː; də] [nɒt] ['tɔːment] [ˌaɪ 'tiː] , ['iːv(ə)n] [ðəʊ] [ˌaɪ 'tiː]['wɒndə(r)][ə; eɪ]['lɪt(ə)l] ;

In	God's	name	,	do	not	torment	it	,	even	though	it	wander	a	little	;
在	神的	姓名	,	做	不是	折磨	它	,	甚至	尽管	它	漫步	一个	小的	;

奉上帝之名，即使它稍微游荡一下，也不要折磨它；

[rɪ'pruːv] [ˌaɪ 'tiː]['dʒentli] , [ænd; ənd] [brɪŋ] [ˌaɪ 'tiː] [bæk] [tuː; tə][ðə; ðɪ] [pɑːθ] .

reprove	it	gently	,	and	bring	it	back	to	the	path	.
责备	它	轻轻地	,	和	带来	它	后退	到	这	小路	.

温和地责备它，引导它回到正轨。

[juː; jʊ] [wɪl] [siː] [ðæt] [ðɪs] [hɑːt] [wɪl] become180

You	will	see	that	this	heart	will	become180
你	将要	看	那	这	心	将要	become180

你会看到这颗心会变成180度

[ə; eɪ] [truː] [hɑːt] , [ə'kɔːdɪŋ] [tuː; tə][ðə; ðɪ] [hɑːt] [ɒv; əv][gɒd] . - .

a	true	heart	,	according	to	the	Heart	of	God	.	377	.
一个	真的	心	,	根据	到	这	心	的	上帝	.	-	.

一颗真心，符合上帝的心意。377.

[θɪŋk] [ɒv; əv] [ðæt] [greɪt] [ˌderə'lɪkʃ(ə)n] [wɪtʃ] ['aʊə(r)]['mɑːstə(r)] [ɪn'djʊəd] , [ænd; ənd] [siː] [haʊ] [ðɪs] [dɪə(r)] [sʌn] ,

Think	of	that	great	dereliction	which	our	Master	endured	,	and	see	how	this	dear	Son	,
思考	的	那	伟大的	废弃	哪个	我们的	掌握	忍受	,	和	看	如何	这	亲爱的	儿子	,

想想我们主所遭受的那场巨大的背弃，再看看我们亲爱的儿子是如何.....

['hævɪŋ] [ɑːskt] [ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n][ɒv; əv][hɪz; ɪz] [gʊd] ['fɑːðə(r)] , [ænd; ənd] ['siːɪŋ] [ðæt] [hiː; hi] ['wɪld] [nɒt] [tuː; tə][grɑːnt][ˌaɪ 'tiː] ,

having	asked	consolation	of	his	good	Father	,	and	seeing	that	He	willed	not	to	grant	it	,
拥有	问	安慰	的	他的	好的	父亲	,	和	看到	那	他	意志	不是	到	授予	它	,

他向慈爱的天父祈求安慰，但天父不愿应允，

[θɔːt] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː][nəʊ][mɔː(r)] , [siːst] [tuː; tə] [siːk] [ˌaɪ 'tiː] , [bʌt; bət] , [æz; əz] [ɪf] [hiː; hi][hæd; həd] ['nevə(r)] [dɪ'zaɪəd] [ˌaɪ 'tiː] ,

thought	of	it	no	more	,	ceased	to	seek	it	,	but	,	as	if	He	had	never	desired	it	,
想法	的	它	不	更多的	,	停止	到	寻找	它	,	但	,	作为	如果	他	有	绝不	想要的	它	,

他不再想起它，不再追求它，仿佛他从未渴望过它一样。

['væliəntli] [ænd; ənd] [kə'reɪdʒəsli] [set] [ə'baʊt] [ðə; ðɪ] [wɜːk] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [rɪ'dempʃn] .

valiantly	and	courageously	set	about	the	work	of	our	redemption	.
英勇地	和	勇敢地	放	关于	这	工作	的	我们的	赎回	.

他们英勇无畏地开始了救赎我们的工作。

['ɑːftə(r)][juː; jʊ][ʃæl; ʃəl][hæv; həv] [preɪd] [tuː; tə][jɔː(r); jə(r)] ['hev(ə)nli] ['fɑːðə(r)][fɔː(r); fə(r)][ˌkɒnsə'leɪʃ(ə)n] ,

After	you	shall	have	prayed	to	your	Heavenly	Father	for	consolation	,
后	你	将	有	祈祷	到	你的	天上	父亲	为了	安慰	,

当你向天父祈祷寻求安慰之后，

[ɪf] [ˌaɪ 'tiː] [dʌz] [nɒt] [pliːz] [hɪm][tuː; tə] [gɪv] [ˌaɪ 'tiː][juː; jʊ] , [siːs] [tuː; tə] [θɪŋk] [ɒv; əv][ˌaɪ 'tiː] ,

if	it	does	not	please	Him	to	give	it	you	,	cease	to	think	of	it	,
如果	它	做	不是	请	他	到	给	它	你	,	停止	到	思考	的	它	,

如果祂不愿赐予你，就不要再想这件事了。

[bʌt; bət] [rɪ'njuː] [jɔː(r); jə(r)] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə] [wɜːk] [aʊt] [jɔː(r); jə(r)][sæl'veɪʃ(ə)n][ɒn][ðə; ðɪ] [krɒs] ,

but	renew	your	courage	to	work	out	your	salvation	on	the	cross	,
但	更新	你的	勇气	到	工作	出去	你的	救恩	在	这	叉	,

但要重拾勇气，在十字架上成就你们的救赎。

[æz; əz] [ɪf] [juː; jʊ][wɜː(r); wə(r)]['nevə(r)][tuː; tə] [dɪ'send] [ˌðeə'frɒm] . - .

as	if	you	were	never	to	descend	therefrom	.	181378	.
作为	如果	你	是	绝不	到	下降	由此	.	-	.

仿佛你永远不会从那里下来。181378。

[əʊ][maɪ][gɒd] !

O	my	God	!
哦	我的	上帝	!

我的天哪!

[haʊ] ['bjuːtɪf(ə)l] , [haʊ] ['lʌvli] [ɪz] [ðɪs] [krɒs] !

how	beautiful	,	how	lovely	is	this	cross	!
如何	美丽的	,	如何	迷人的	是	这	叉	!

这十字架多么美丽，多么可爱啊!

[wiː; wi] [meɪk] ['evri] ['efət] [tuː; tə][əb'teɪn][ðə; ði] [wʊd] , [ænd; ənd][wiː; wi][ɪg'zɔːlt][ˌaɪ 'tiː][ɒn][ðə; ði] [maʊnt]

We	make	every	effort	to	obtain	the	wood	,	and	we	exalt	it	on	the	Mount
我们	制作	每一个	努力	到	获得	这	木头	,	和	我们	崇高	它	在	这	山

[ɒv; əv] ['kælvəri] .

of	Calvary	.
的	加略山	.

我们竭尽全力去获取木材，并在髑髅地高举它。

[ə'læs] !

Alas	!
唉	!

唉!

['hæpi] [ɑː(r); ə(r)] [ðəʊz] [huː] [lʌv] [ˌaɪ 'tiː][ænd; ənd][beə(r)][ˌaɪ 'tiː] .

happy	are	those	who	love	it	and	bear	it	.
快乐的	是	那些	WHO	爱	它	和	熊	它	.

爱它并能忍受它的人是有福的。

[ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [biː; bi][ɪg'zɔːltɪd][ɪn]['hev(ə)n] ,

It	will	be	exalted	in	heaven	,
它	将要	是	崇高	在	天堂	,

它将在天上被高举，

[wen] ['aʊə(r)] [lɔːd] [ʃæl; ʃəl] [kʌm] [tuː; tə][dʒʌdʒ][ðə; ði] ['lɪvɪŋ] [ænd; ənd][ðə; ði] [ded] ,

when	our	Lord	shall	come	to	judge	the	living	and	the	dead	,
什么时候	我们的	主	将	来	到	法官	这	活的	和	这	死的	,

当我们的主降临审判活人死人时，

[tuː; tə] [tiːtʃ] [ˌjuː 'es] [ðæt] ['hev(ə)n] [ɪz][ðə; ði]['mænʃ(ə)n][ɒv; əv] ['kruːsɪfaɪd] [səʊlz] . - .

to	teach	us	that	heaven	is	the	mansion	of	crucified	souls	.	379	.
到	教	我们	那	天堂	是	这	大厦	的	被钉在十字架上	灵魂	.	-	.

教导我们，天堂是受难灵魂的居所。379.

[ai] [lʌv] [ˌɪndɪ'pendənt] , ['vɪgərəs] , [ænd; ənd]['sensəb(ə)l][səʊlz] ; [fɔː(r); fə(r)] [ðɪs] [greɪt] [ˌsensə'bɪləti]

I	love	independent	,	vigorous	,	and	sensible	souls	;	for	this	great	sensibility
我	爱	独立的	,	蓬勃	,	和	明智的	灵魂	;	为了	这	伟大的	感性

[kən'fjuːz][ænd; ənd][dis'kwaiət][ðə; ði] [hɑːt] ,

confuses	and	disquiets	the	heart	,
令人困惑	和	不安	这	心	,

我喜欢独立、充满活力、理智的人；因为这种高度的感性会使人心感到困惑和不安。

[ænd; ənd] [dɪ'strækt] [ˌaɪ 'tiː][frɒm; frəm][ðə; ði] [preə(r)] [ɒv; əv] ['lʌvɪŋ] [ə'tenʃ(ə)n] [tuː; tə][gɒd] , prevents182

and	distracts	it	from	the	prayer	of	loving	attention	to	God	,	prevents182
和	分散注意力	它	从	这	祷告	的	爱	注意力	到	上帝	,	prevents182

并使人无法专心致志地向神祷告，从而阻碍了182

[kəm'pli:t] [ˌrezɪg'neɪʃ(ə)n] , [ænd; ənd] [im'pi:d] [ðə; ði] ['pɜ:fɪkt] [dɪ'strʌkʃ(ə)n] [ɒv; əv][self] - [lʌv] .

complete	resignation	,	and	impedes	the	perfect	destruction	of	self	-	love	.
完全的	辞职	,	和	阻碍	这	完美的	破坏	的	自己	-	爱	.

完全的放弃，阻碍了自爱的彻底毁灭。

[ai][ˌeɪ 'em][ðə; ði][məʊst] [ə'fekʃənət] ['pɜ:s(ə)n][ɪn][ðə; ði] [wɜ:ld] ;

I	am	the	most	affectionate	person	in	the	world	;
我	是	这	最多	亲热	人	在	这	世界	;

我是世界上最有感情的人；

[ænd; ənd][ˌaɪ 'ti:] [si:m] [tu:; tə][ˌem 'i:] [ðæt] [ai] [lʌv] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət][gɒd] , [ænd; ənd][ɔ:l] [səʊlz] [fɔ:(r); fə(r)]

and	it	seems	to	me	that	I	love	nothing	but	God	,	and	all	souls	for
和	它	似乎	到	我	那	我	爱	没有什么	但	上帝	,	和	全部	灵魂	为了

[gɒd] . - .

God	.	380	.
上帝	.	-	.

在我看来，我只爱上帝，我爱所有灵魂，为了上帝。380.

[wen] [ə; eɪ][səʊl][ə'spaiə][tu:; tə][bi:; bi][ðə; ði] [spaʊs] [ɒv; əv]['dʒi:zəs] [kraɪst] ,

When	a	soul	aspires	to	be	the	spouse	of	Jesus	Christ	,
什么时候	一个	灵魂	渴望	到	是	这	配偶	的	耶稣	基督	,

当一个灵魂渴望成为耶稣基督的配偶时，

[ˌaɪ 'ti:][mʌst; məst][kɑ:st] [ɒf] [ðə; ði][əʊld][mæn][ænd; ənd] [kləʊð] [ɪt'self][ɪn][ðə; ði] [nju:] , [baɪ] ['gɪvɪŋ] [ʌp][sɪn]

it	must	cast	off	the	old	man	and	clothe	itself	in	the	new	,	by	giving	up	sin
它	必须	投掷	离开	这	老的	男人	和	衣服	本身	在	这	新的	,	经过	给予	向上	罪

,

,

,

它必须脱去旧我，穿上新我，弃绝罪恶。

[ænd; ənd] [ðen] ['kʌtɪŋ] [ɒf] [frɒm; frəm][ɪts][laɪf][ɔ:l][ðə; ði] [ˌsju:pə'fluiti] [wɪtʃ] [kʊd; kəd][daɪ'vɜ:t][ˌaɪ 'ti:]

and	then	cutting	off	from	its	life	all	the	superfluities	which	could	divert	it
和	然后	切割	离开	从	它是	生活	全部	这	多余的	哪个	可以	转移	它

[frɒm; frəm][dɪ'vaɪn] [lʌv] . - .

from	divine	love	.	381	.
从	神圣的	爱	.	-	.

然后从它的生活中剔除所有可能使它偏离神圣之爱的多余之物。381.

[æz; əz][ðə; ði]['eksəsaɪz][ɒv; əv]['pjʊərəti][ɒv; əv] heart183

As	the	exercise	of	purity	of	heart183
作为	这	锻炼	的	纯度	的	heart183

作为心灵纯洁的操练183

[endz]['əʊnli] [wɪð] [laɪf] , [let][ˌju: 'es][nɒt][bi:; bi] ['trʌbld] [æt; ət] [saɪt] [ɒv; əv]['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] .

ends	only	with	life	,	let	us	not	be	troubled	at	sight	of	our	imperfections	.
结束	仅有的	和	生活	,	让	我们	不是	是	麻烦	在	视线	的	我们的	瑕疵	.

生命的终点只有生命，让我们不要因自身的不完美而感到困扰。

['aʊə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] [kən'sɪsts][ɪn] ['kɔmbətɪŋ] [ðem; ðəm] ,

Our	perfection	consists	in	combating	them	,
我们的	完美	由	在	对抗	他们	,

我们的完美在于战胜它们，

[ænd; ənd][wi:; wi] ['kænɒt] ['kɒmbæt][ɔ:(r)] ['væŋkwɪʃ] [ðem; ðəm] [wɪ'ðaʊt] ['fi:lɪŋ] [ænd; ənd] ['nəʊɪŋ]

and	we	cannot	combat	or	vanquish	them	without	feeling	and	knowing
和	我们	不能	战斗	或者	征服	他们	没有	感觉	和	会心

[ðem; ðəm] . - .

them	.	382	.
他们	.	-	.

如果我们不去感受和了解它们，我们就无法与它们对抗或战胜它们。382.

['aʊə(r)] [lɔːd] [ɪz][ðə; ði] [mɪ'stɪəriəs] [triː] [ɒv; əv][dɪ'zaɪə(r)][ɒv; əv] [wɪtʃ] [ðə; ði]['həʊli] [spaʊs] [ɒv; əv][ðə; ði]

Our	Lord	is	the	mysterious	tree	of	desire	of	which	the	holy	spouse	of	the
我们的	主	是	这	神秘	树	的	欲望	的	哪个	这	圣	配偶	的	这

['kæntɪkl] [spiːks] .

canticle	speaks	.
颂歌	说话	.

我们的主就是圣歌中圣洁新娘所说的那棵神秘的欲望之树。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz][tuː; tə][hɪz; ɪz] [fiːt] , [ðen] , [ðæt] [wiː; wi][mʌst; məst][gəʊ][tuː; tə] [briːð] [ə; eɪ] [s'wiːtər] [eə(r)] ,

It	is	to	his	feet	,	then	,	that	we	must	go	to	breathe	a	sweeter	air	,
它	是	到	他的	脚	,	然后	,	那	我们	必须	去	到	呼吸	一个	更甜	空气	,

那么，我们必须走到他的脚下，才能呼吸到更清新的空气。

[haʊsəʊ'evə] ['lɪt(ə)l][ðə; ði] [hɑːt] [meɪ] [biː; bi] [ə'prest] [baɪ][ðə; ði] ['ætməsfɪə(r)] [ɒv; əv][ðə; ði] [wɜːld] .

howsoever	little	the	heart	may	be	oppressed	by	the	atmosphere	of	the	world	.
然而	小的	这	心	可能	是	受压迫者	经过	这	气氛	的	这	世界	.

- .

383	.
-	.

内心或许不会受到世俗氛围的压迫。383.

[wiː; wi][dɪ'zaɪə(r)][tuː; tə] [bɪld] [ə; eɪ] [greɪt] ['edɪfɪs] , -

We	desire	to	build	a	great	edifice	,	184
我们	欲望	到	建造	一个	伟大的	大厦	,	-

我们渴望建造一座伟大的建筑，184

[ðæt] [ɪz] , [tuː; tə] [ɪ'rekt] [gɑːdz] ['dwelɪŋ] [wɪ'ðɪn] [ˌjuː 'es] ;

that	is	,	to	erect	God's	dwelling	within	us	;
那	是	,	到	直立	神的	住宅	之内	我们	;

也就是说，在我们里面建立上帝的居所；

['ðeəfɔː(r)] [let][ˌjuː 'es][kən'sɪdə(r)] ['weðə(r)] [wiː; wi][hæv; həv] [sə'fɪʃ(ə)nt] ['kʌrɪdʒ] [tuː; tə]['ruːɪn] [ɑː'selvz] ,

therefore	let	us	consider	whether	we	have	sufficient	courage	to	ruin	ourselves	,
所以	让	我们	考虑	无论	我们	有	充足的	勇气	到	废墟	我们自己	,

因此，让我们来思考一下，我们是否有足够的勇气去毁灭自己。

[ɔː(r)][tuː; tə][let] [gɒd] [reɪz] [ˌjuː 'es][tuː; tə][ðə; ði] [graʊnd] [ðæt] [hiː; hi] [meɪ] [ˌriː'bɪld] [ˌjuː 'es]['ɪntuː][ə; eɪ] ['lɪvɪŋ]

or	to	let	God	raze	us	to	the	ground	that	He	may	rebuild	us	into	a	living
或者	到	让	上帝	夷	我们	到	这	地面	那	他	可能	重建	我们	进入	一个	活的

['temp(ə)l][ɒv; əv][hɪz; ɪz]['mædʒəsti] . - .

temple	of	his	Majesty	.	384	.
寺庙	的	他的	威严	.	-	.

或者让上帝把我们夷为平地，以便祂能把我们重建为祂陛下的活圣殿。384.

['aʊə(r)][səʊl] [prɪ'tɛnʃənz] [ʃʊd; ʃəd][biː; bi][tuː; tə][biː; bi][juː'naɪtɪd][tuː; tə][gɒd] ,

Our	sole	pretentions	should	be	to	be	united	to	God	,
我们的	唯一	虚荣心	应该	是	到	是	团结的	到	上帝	,

我们唯一的追求应该是与上帝合一，

[æz; əz]['aʊə(r)] [lɔːd] [wɒz; wəz][juː'naɪtɪd][tuː; tə][hɪz; ɪz]['fɑːðə(r)] [wen] [hiː; hi][daɪd][ɒn][ðə; ði] [krɒs] . - .

as	our	Lord	was	united	to	his	Father	when	He	died	on	the	cross	.	385	.
作为	我们的	主	曾是	团结的	到	他的	父亲	什么时候	他	死亡	在	这	叉	.	-	.

就像我们的主在十字架上死去时与他的父合而为一一样。385.

[dɪ'zaɪə(r)] ['nʌθɪŋ] , [ɑːsk] ['nʌθɪŋ] , [rɪ'fjuːz] ['nʌθɪŋ] ; [ðɪs] ['præktɪs] [kən'teɪnz] [ɔːl] [pə'fekʃ(ə)n] . -

Desire	nothing	,	ask	nothing	,	refuse	nothing	;	this	practice	contains	all	perfection	.	185386
欲望	没有什么	,	问	没有什么	,	拒绝	没有什么	;	这	实践	包含	全部	完美	.	-

.

:
.

无欲无求，无求无拒；此行包含一切圆满。185386。

[ðeə(r)] [ɪz][ə; eɪ]['sɜːt(ə)n] [sɪm'plɪsəti] [ɒv; əv] [hɑːt] [wɪtʃ] [kən'teɪnz] [ðə; ði] [pə'fekʃ(ə)n] [ɒv; əv][ɔːl]

There	is	a	certain	simplicity	of	heart	which	contains	the	perfection	of	all
那里	是	一个	肯定	简单	的	心	哪个	包含	这	完美	的	全部

[pə'fekʃən] ;

perfections	;
完美	;

心灵深处有一种纯粹的美，其中蕴含着一切完美之中的完美；

[ænd; ənd][ˌaɪ 'tiː][ɪz] [ðɪs] [sɪm'plɪsəti] [wɪtʃ] [meɪks] ['aʊə(r)][səʊl][kən'sɪdə(r)][gɒd] [ə'ləʊn] ,

and	it	is	this	simplicity	which	makes	our	soul	consider	God	alone	,
和	它	是	这	简单	哪个	制作	我们的	灵魂	考虑	上帝	独自的	,

正是这种纯朴使我们的灵魂只考虑上帝。

[ænd; ənd] [kiːp] [ɪts] ['fɔːsɪz] ['həʊlli] [kə'lektɪd] [wɪ'ðɪn] [ɪt'self] ,

and	keep	its	forces	wholly	collected	within	itself	,
和	保持	它是	力量	完全	集	之内	本身	,

并将其所有力量完全控制在自身之内。

[ɪn]['ɔːdə(r)][tuː; tə] [dɪ'vəʊt] [ɪt'self] [wɪð] [ɔːl]['pɒsəb(ə)l] [fɪ'deləti] [tuː; tə][ðə; ði] [əb'zɜːvəns] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] [lɔːz]

in	order	to	devote	itself	with	all	possible	fidelity	to	the	observance	of	his	laws
在	命令	到	奉献	本身	和	全部	可能的	忠诚	到	这	观察	的	他的	法律

,

,

,

为了全心全意地忠诚遵守他的律法，

[wɪð] [nəʊ] [wɪʃ] [ɔː(r)][dɪ'zaɪə(r)][fɔː(r); fə(r)] ['eniθɪŋ] [els] . - .

with	no	wish	or	desire	for	anything	else	.	387	.
和	不	希望	或者	欲望	为了	任何事物	别的	.	-	.

没有任何其他愿望或渴望。387.

[rɪ'kɔːl] [jɔː'self] ['sʌmtaɪmz] [tuː; tə][ðə; ði][ɪn'tɪəriə(r)]['spɒlətjuːd][ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] , [ænd; ənd][ðeə(r)]

Recall	yourself	sometimes	to	the	interior	solitude	of	your	heart	,	and	there
记起	你自己	有时	到	这	内部的	孤独	的	你的	心	,	和	那里

, [rɪ'muːvd] [frɒm; frəm][ɔːl] ['kriːtʃəz] ,

,	removed	from	all	creatures	,
,	已移除	从	全部	生物	,

有时要让自己回到内心深处的宁静之地，在那里，远离一切生灵，

[triːt] [ɒv; əv][ðə; ði] [ə'feəz] [ɒv; əv][jɔː(r); jə(r)][sæl'veɪʃ(ə)n][ænd; ənd][jɔː(r); jə(r)] [pə'fekʃ(ə)n] [wɪð] [gɒd] ,

treat	of	the	affairs	of	your	salvation	and	your	perfection	with	God	,
对待	的	这	事务	的	你的	救恩	和	你的	完美	和	上帝	,

[æz; əz] a186

as	a186
作为	a186

论及你的救赎和你在上帝面前的完全，如a186

[frend] [wʊd] [spiːk] [hɑːt] [tuː; tə] [hɑːt] [wɪð] [ə'nʌðə(r)] . - .

friend	would	speak	heart	to	heart	with	another	.	388	.
朋友	会	说话	心	到	心	和	其他	.	-	.

朋友之间会进行促膝长谈。388.

[wiː; wi][rɪ'taɪə(r)]['ɪntuː][gɒd][bɪ'kəz; bɪ'kɒz][wiː; wi][ə'spaɪə(r)][tuː; tə][hɪm] ,

We	retire	into	God	because	we	aspire	to	Him	,
我们	退休	进入	上帝	因为	我们	渴望	到	他	,

我们归向神，是因为我们渴望认识祂。

[ænd; ənd][wiː; wi][ə'spaɪə(r)][tuː; tə][hɪm] [ðæt] [wiː; wi] [meɪ] [rɪ'taɪə(r)]['ɪntuː][hɪm] .

and	we	aspire	to	Him	that	we	may	retire	into	Him	.
和	我们	渴望	到	他	那	我们	可能	退休	进入	他	.

我们渴望归向他，好让我们最终能与他同在。

[ðʌs] [ðə; ði] [rɪ'taɪəmənt] [ɒv; əv][ðə; ði] [hɑ:t] [ænd; ənd][ðə; ði][ˌæspə'reɪʃ(ə)n] [tə'wɔ:dz] [gɒd][ɑ:(r); ə(r)][wʌn]

Thus	the	retirement	of	the	heart	and	the	aspiration	towards	God	are	one
因此	这	退休	的	这	心	和	这	抱负	向	上帝	是	一

[ðə; ði] [ɪ'fekt] [ɒv; əv][ðə; ði]['ʌðə(r)] . - .

the	effect	of	the	other	.	389	.
这	影响	的	这	其他	.	-	.

因此，心灵的隐退和对神的渴望是彼此的结果。389.

['aʊə(r)] [wɪl] [kæn; kən]['nevə(r)][daɪ] ,

Our	will	can	never	die	,
我们的	将要	能	绝不	死	,

我们的意志永不泯灭，

[bʌt; bət][ˌaɪ 'ti:] ['sʌmtaɪmz] ['pɑ:sɪz] [bɪ'jɒnd] [ðə; ði]['lɪmɪts][ɒv; əv][ɪts]['ɔ:d(ə)n(ə)ri][laɪf][tu:; tə][lɪv; laɪv] ['həʊlli]

but	it	sometimes	passes	beyond	the	limits	of	its	ordinary	life	to	live	wholly
但	它	有时	通过	超过	这	限制	的	它是	普通的	生活	到	居住	完全

[ɪn][ðə; ði][dɪ'vaɪn] [wɪl] .

in	the	divine	will	.
在	这	神圣的	将要	.

但它有时超越了普通生活的界限，完全活在神的旨意中。

[ðɪs] [ɪz] [ə'kʌmplɪʃt] [wen] [ˌaɪ 'ti:] [wɪl] [nɒt][ænd; ənd] ['kænɒt] any187

This	is	accomplished	when	it	will	not	and	cannot	any187
这	是	完成	什么时候	它	将要	不是	和	不能	any187

当它不会也不能做到任何187时，这就是实现的。

[lɒŋgə(r)] [wɪl] ['eniθɪŋ] , [bʌt; bət][ə'bændən][ɪt'self] [wɪ'ðaʊt] [rɪ'zɜ:v] [tu:; tə][ðə; ði] [gʊd] ['pleʒə(r)] [ɒv; əv]

longer	will	anything	,	but	abandons	itself	without	reserve	to	the	good	pleasure	of
更长	将要	任何事物	,	但	放弃	本身	没有	预订	到	这	好的	乐趣	的

['prɒvɪdəns] :

Providence	:
普罗维登斯	:

它不再执迷不悟，而是毫无保留地将自己交付给上帝的恩赐：

[ˌaɪ 'ti:][nəʊ][lɒŋgə(r)][laɪvz; lɪvz] , [bʌt; bət][ðə; ði] [wɪl] [ɒv; əv][gɒd][laɪvz; lɪvz][ɪn][ˌaɪ 'ti:] . - .

it	no	longer	lives	,	but	the	will	of	God	lives	in	it	.	390	.
它	不	更长	生活	,	但	这	将要	的	上帝	生活	在	它	.	-	.

它本身不再活着，但上帝的旨意却活在其中。390.

[let] [ˌju: 'es][bi:; bi] ['ɜ:nɪstli] [ə'tentɪv] [tu:; tə] ['blesɪŋ] [gɒd][fɔ:(r); fə(r)][ɔ:l] [ðæt] [hi:; hi][ʃæl; ʃəl][du:; də] ,

Let	us	be	earnestly	attentive	to	blessing	God	for	all	that	He	shall	do	,
让	我们	是	切实	细心	到	祝福	上帝	为了	全部	那	他	将	做	,

让我们认真地赞美上帝，感谢祂所做的一切。

['seɪɪŋ] : " [ðə; ði] [lɔ:d] [geɪv] [ænd; ənd][ðə; ði] [lɔ:d] [hæθ] ['teɪkən] [ə'weɪ] ; ['blesɪd; blest][bi:; bi][ðə; ði] [neɪm]

saying	:	"	The	Lord	gave	and	the	Lord	hath	taken	away	;	blessed	be	the	name
说	:	"	这	主	给予	和	这	主	有	已采取	离开	;	蒙福	是	这	姓名

[ɒv; əv][ðə; ði] [lɔ:d] .

of	the	Lord	.
的	这	主	.

说："耶和华赐予，耶和华收回；耶和华的名是应当称颂的。"

" [nəʊ] , [lɔ:d] , [aɪ][dɪ'zaɪə(r)] ['nʌθɪŋ] ; [fɔ:(r); fə(r)][aɪ] [li:v] [ði:] [tu:; tə] [wɪl] [fɔ:(r); fə(r)][ˌem 'i:] ['həʊlli]

"	No	,	Lord	,	I	desire	nothing	;	for	I	leave	Thee	to	will	for	me	wholly
"	不	,	主	,	我	欲望	没有什么	;	为了	我	离开	汝	到	将要	为了	我	完全

[æz; əz] [ðaʊ] [pli:z] ;

as	Thou	pleasest	;
作为	你	请	;

"不，主啊，我什么也不求；因为我完全交托于你，任凭你随心所欲地为我安排一切；

[ɪn'sted] [ɒv; əv] ['wɪʃɪŋ] [fɔ:(r); fə(r)] ['eniθɪŋ] , [ai] [bles] [ði:] [fɔ:(r); fə(r)] [wɒt] [ðaʊ] [ʃælt] [dɪ'kri:] .
instead of wishing for anything , I bless Thee for what Thou shalt decree .
反而 的 祝 为了 任何事物 , 我 保佑 汝 为了 什么 你 应 法令 .
- .
391 .
- .

我不求任何回报，我感谢你，感谢你即将颁布的法令。391.

[hæst] [ðaʊ] ['fɔ:lən]['ɪntu:][ðə; ði][net] of188
Hast thou fallen into the net of188
哈斯特 你 倒下 进入 这 网 of188

你是否已落入188的罗网?

[əd'vɜ:səti] ?
adversity ?
逆境 ?

逆境?

[lʊk] [nɒt][æt; ət][ðaɪ] [mis'fɔ:tʃənz] , [ɔ:(r)][ðə; ði] [snɛə] ['ɪntu:] [wɪtʃ] [ðaʊ] [ɑ:t]['teɪkən] ,
Look not at thy misfortunes , or the snares into which thou art taken ,
看 不是 在 你的 不幸 , 或者 这 陷阱 进入 哪个 你 艺术 已采取 ,

不要看你的不幸遭遇，也不要看你落入的陷阱，

[bʌt; bət] [tɜ:n] [tu:; tə] [gɒd] [ænd; ənd] [li:v] [ɔ:l][tu:; tə][hɪm] .
but turn to God and leave all to Him .
但 转动 到 上帝 和 离开 全部 到 他 .

但要归向神，把一切都交给他。

[hi:; hi] [wɪl] [keə(r)][fɔ:(r); fə(r)] [ði:] . - .
He will care for thee . 392 .
他 将要 关心 为了 你 . - .

他会照顾你。392.

[wi:; wi][ʃʊd; ʃəd] ['pi:sfəli] [ə'baɪd][ɪn]['aʊə(r)] ['mɪzəri] [ænd; ənd][æb'dʒekʃən] ,
We should peacefully abide in our misery and abjection ,
我们 应该 和平地 遵守 在 我们的 苦难 和 落魄 ,

我们应该平静地忍受苦难和卑微，

[ɪn][ðə; ði][mɪdst][ɒv; əv]['aʊə(r)] [ˌɪmpər'fekʃən] [ænd; ənd] ['wi:knəs] [ʌn'tɪl][ˌaɪ 'ti:][ʃæl; ʃəl] [pli:z] [gɒd]
in the midst of our imperfections and weakness until it shall please God
在 这 中间 的 我们的 瑕疵 和 弱点 直到 它 将 请 上帝
[tu:; tə] [reɪz] [ˌju: 'es][tu:; tə][ðə; ði] ['præktɪs] [ɒv; əv] [greɪt] ['vɜ:tju:z] . - .
to raise us to the practice of great virtues . 393 .
到 增加 我们 到 这 实践 的 伟大的 美德 . - .

在我们自身的不完美和软弱之中，直到上帝乐意提升我们，使我们能够实践伟大的美德。393.

[wi:; wi][mʌst; məst][lɪv; laɪv][ɪn] [ðɪs] [wɜ:ld] [æz; əz] [ɪf] ['aʊə(r)][maɪnd][wɜ:(r); wə(r)][ɪn]['hev(ə)n][ænd; ənd]
We must live in this world as if our mind were in heaven and
我们 必须 居住 在 这 世界 作为 如果 我们的 头脑 是 在 天堂 和
['aʊə(r)] ['bɒdi] [ɪn][ðə; ði] [tu:m] . - .
our body in the tomb . 189394 .
我们的 身体 在 这 墓 . - .

我们必须活得像我们的心在天堂，而我们的身体在坟墓里一样。189394

[tʃu:z] [ðə; ði][best]['vɜ:tju:z][ænd; ənd][nɒt] [ðəʊz] [wɪtʃ] [ɑ:(r); ə(r)][məʊst] [ɪs'ti:md] ; [ðə; ði][məʊst]
Choose the best virtues and not those which are most esteemed ; the most
选择 这 最好的 美德 和 不是 那些 哪个 是 最多 尊敬的 ; 这 最多
['eksələnt] ,
excellent ,
出色的 ,

选择最好的美德，而不是最受推崇的美德；选择最优秀的美德，

[ænd; ənd][nɒt][ðə; ði][məʊst] [ə'pærənt] ; [ðə; ði][məʊst]['sɒlɪd] , [ænd; ənd][nɒt][ðə; ði][məʊst]['fænsɪf(ə)l] . -

and	not	the	most	apparent	;	the	most	solid	,	and	not	the	most	fanciful	.	395
和	不是	这	最多	明显	;	这	最多	坚硬的	,	和	不是	这	最多	奇幻的	.	-

.

:

.

而且不是最显而易见的；是最坚实的，而不是最异想天开的。395.

[ɪf] ['æŋgə(r)][ɔ:(r)][praɪd] [ə'tæk] [ˌem 'i:] ,

If	anger	or	pride	attack	me	,
如果	愤怒	或者	自豪	攻击	我	,

如果愤怒或骄傲袭来，

[ai][mʌst; məst][du:; də][ɔ:l][ɪn][maɪ]['paʊə(r)][tu:; tə][ɪn'klaɪn][maɪ] [hɑ:t] [tu:; tə][hju:'mɪləti][ænd; ənd]

I	must	do	all	in	my	power	to	incline	my	heart	to	humility	and
我	必须	做	全部	在	我的	力量	到	倾斜	我的	心	到	谦逊	和

['mi:knəs] ,

meekness	,
谦逊	,

我必须尽我所能，使我的心倾向于谦卑和温顺。

[di'vəut] [tu:; tə] [ðæt] [end][maɪ]['spɪrɪtʃuəl]['eksəsaɪzɪz] , [ðə; ði]['sækrəmənts][ænd; ənd][ðə; ði]['ʌðə(r)]

devoting	to	that	end	my	spiritual	exercises	,	the	sacraments	and	the	other
奉献	到	那	结尾	我的	精神	练习	,	这	圣礼	和	这	其他

['vɜ:tju:z] . - .

virtues	.	396	.
美德	.	-	.

我将我的灵修、圣礼和其他美德都奉献于此目的。396.

[du:; də][nɒt]['lɪmɪt][jɔ:(r); jə(r)] ['peɪʃ(ə)ns] [tu:; tə]['sɜ:t(ə)n]['traɪəlz] ,

Do	not	limit	your	patience	to	certain	trials	,
做	不是	限制	你的	耐心	到	肯定	试验	,

不要将你的耐心局限于某些特定的考验，

[bʌt; bət][ɪk'stend][ˌaɪ 'ti:] [ju:nɪ'vɜ:səli] [tu:; tə][ɔ:l] [ðæt] [gɒd][ʃæl; ʃəl][send][ju:; jʊ] ,

but	extend	it	universally	to	all	that	God	shall	send	you	,
但	延长	它	普遍地	到	全部	那	上帝	将	发送	你	,

但要将这种理念普遍适用于上帝派给你的所有人。

[ɔ:(r)] [pə'mɪt] [tu:; tə] [ri:tʃ] [ju:; jʊ] [θru:] ['eni] [sɔ:s] . - .

or	permit	to	reach	you	through	any	source	.	190397	.
或者	允许	到	抵达	你	通过	任何	来源	.	-	.

或允许通过任何途径联系您。190397。

[ə; eɪ]['tru:li]['peɪʃ(ə)nt][mæn] [beəz] , [wɪð] [ðə; ði] [seɪm] ['i:vənnəs] [ɒv; əv]['tempə(r)] ,

A	truly	patient	man	bears	,	with	the	same	evenness	of	temper	,
一个	真的	病人	男人	熊	,	和	这	相同的	均匀度	的	脾气	,

一个真正有耐心的人，能够以同样的平和心态忍受一切。

[ˌɪgnə'mɪniəs] ['traɪəlz][ænd; ənd] [ðəʊz] [wɪtʃ] [ɑ:(r); ə(r)] ['ɒnərəb(ə)l] .

ignominious	trials	and	those	which	are	honourable	.
可耻	试验	和	那些	哪个	是	光荣的	.

耻辱的审判和光荣的审判。

[æz; əz][ðə; ði] [stɪŋ] [ɒv; əv] ['bi:z] [ɪz][mɔ:(r)]['peɪnf(ə)l][ðæn; ðən] [ðæt] [ɒv; əv][flaɪz] ,

As	the	sting	of	bees	is	more	painful	than	that	of	flies	,
作为	这	蜇	的	蜜蜂	是	更多的	痛苦	比	那	的	苍蝇	,

蜜蜂的叮咬比苍蝇的叮咬更痛，

[səʊ][ðə; ði] [kɒntrə'dɪkʃnz] [wiː; wi] [ɪk'spɪəriəns] [æt; ət][ðə; ði][hændz][ɒv; əv] [gʊd] ['piːp(ə)l][ɑː(r); ə(r)][mɔː(r)]

so	the	contradictions	we	experience	at	the	hands	of	good	people	are	more
所以	这	矛盾	我们	经验	在	这	双手	的	好的	人们	是	更多的

['traɪɪŋ] [ðæn; ðən] [ðəʊz] [wɪtʃ] [kʌm] [frɒm; frəm][ðə; ði] ['wɪkɪd] . - .

trying	than	those	which	come	from	the	wicked	.	398	.
尝试	比	那些	哪个	来	从	这	邪恶	.	-	.

因此，好人给我们带来的矛盾比坏人给我们带来的矛盾更令人难以忍受。398.

[kəm'pleɪn] [æz; əz]['lɪt(ə)l][æz; əz]['pɒsəb(ə)l][ɒv; əv]['ɪndʒəriz] , [fɔː(r); fə(r)][ˌaɪ 'tiː] ['reəli] ['hæpənz] [ðæt] [wʌn]

Complain	as	little	as	possible	of	injuries	,	for	it	rarely	happens	that	one
抱怨	作为	小的	作为	可能的	的	受伤	,	为了	它	很少	发生	那	一

[kəm'pleɪnz] [wɪ'ðaʊt] [sɪn] ,

complains	without	sin	,
抱怨	没有	罪	,

尽量少抱怨所受的伤害，因为抱怨很少是不犯罪的。

[sɪns] ['aʊə(r)][self] - [lʌv] [ig'zædʒəreit] [ɪn]['aʊə(r)] [aɪz] [ænd; ənd] [hɑːts] [ðə; ði][rɔŋ, rɔːŋ][wiː; wi][hæv; həv]

since	our	self	-	love	exaggerates	in	our	eyes	and	hearts	the	wrongs	we	have
自从	我们的	自己	-	爱	夸张	在	我们的	眼睛	和	心	这	错误	我们	有

[rɪ'siːvd] . - .

received	.	399	.
已收到	.	-	.

因为我们的自爱会在我们的眼中和心中夸大我们所受到的伤害。399.

[juː; jʊ] [wɪʃ] ['æbsəluːtli] [tuː; tə] [fɔːm] Jesus191

You	wish	absolutely	to	form	Jesus191
你	希望	绝对地	到	形式	Jesus191

你绝对希望成为耶稣191

[kraɪst] [ɪn][juː; jʊ] , [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [hɑːt] , [ɪn][jɔː(r); jə(r)] [wɜːks] ,

Christ	in	you	,	in	your	heart	,	in	your	works	,
基督	在	你	,	在	你的	心	,	在	你的	作品	,

基督在你里面，在你心里，在你行为里。

[baɪ][ə; eɪ][sɪn'sɪə(r)] [lʌv] [ɒv; əv][hɪz; ɪz] ['dɒktrɪn] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['pɜːfɪkt] [ˌɪmɪ'teɪʃn] [ɒv; əv][hɪz; ɪz][laɪf] ;

by	a	sincere	love	of	his	doctrine	and	a	perfect	imitation	of	his	life	;
经过	一个	真诚	爱	的	他的	教义	和	一个	完美的	模仿	的	他的	生活	;

以对他的教义的真挚热爱和对他的生活的完美效仿；

[rest] [ə'ʃʊəd; ə'ʃɔːd][ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [kɒst][juː; jʊ] ['meni] [pæŋ] ; [bʌt; bət] [ðeɪ] [wɪl] [pɑːs] [ə'weɪ] ,

rest	assured	it	will	cost	you	many	pangs	;	but	they	will	pass	away	,
休息	保证	它	将要	成本	你	许多	疼痛	;	但	他们	将要	经过	离开	,

请放心，这会给你带来很多痛苦；但这些痛苦终会过去。

[ænd; ənd][ðə; ði] ['prez(ə)ns] [ɒv; əv]['dʒiːzəs] , [huː] [ʃæl; ʃəl][lɪv; laɪv][ɪn][juː; jʊ] ,

and	the	presence	of	Jesus	,	who	shall	live	in	you	,
和	这	在场	的	耶稣	,	WHO	将	居住	在	你	,

耶稣的同在，他将住在你们里面。

[wɪl] [fɪl] [jɔː(r); jə(r)] [səʊl] [wɪð] [æn; ən][ɪn'efəb(ə)l][dʒɔɪ] [wɪtʃ] [kæn; kən]['nevə(r)][biː; bi]['teɪkən][frɒm; frəm]

will	fill	your	soul	with	an	ineffable	joy	which	can	never	be	taken	from
将要	充满	你的	灵魂	和	一个	难以言喻的	喜悦	哪个	能	绝不	是	已采取	从

[juː; jʊ] . - .

you	.	400	.
你	.	-	.

它将使你的灵魂充满难以言喻的喜悦，这种喜悦永远不会从你身上消失。400。

[θɪŋk] ['fri:kwəntli] [ɒv; əv]['dʒi:zəs] ['kru:sɪfaɪd] ; [kən'sɪdə(r)][hɪm] ['kʌvəd] [wɪð] [wu:ndz] , [fɪld] [wɪð]
Think **frequently** **of** **Jesus** **crucified** **;** **consider** **Him** **covered** **with** **wounds** **,** **filled** **with**
思考 频繁地 的 耶稣 被钉在十字架上 ; 考虑 他 涵盖 和 伤口 , 已填 和
['sædnəs] ,
sadness **,**
悲伤 ,

要经常想念被钉在十字架上的耶稣；想象他浑身伤痕累累，充满悲伤。

[di'spɔil] [ɒv; əv] ['evriθɪŋ] , ['ləʊdɪd] [wɪð] [ˌmæli'dikʃən] .
despoiled **of** **everything** **,** **loaded** **with** **maledictions** **.**
掠夺 的 一切 , 已加载 和 诅咒 .

一无所有，充满诅咒。

[ðen] [ju:; jʊ] [wɪl] [ək'nɒlɪdʒ] [ðæt] [jɔ:(r); jə(r)] ['sʌfərɪŋz] [kæn; kən][ɪn][nəʊ] [wei] [kəm'peə(r)] [wɪð]
Then **you** **will** **acknowledge** **that** **your** **sufferings** **can** **in** **no** **way** **compare** **with**
然后 你 将要 承认 那 你的 苦难 能 在 不 方式 比较 和
[hɪz; ɪz] ,
his **,**
他的 ,

那时你就会明白，你的苦难与他的苦难根本无法相提并论。

[ænd; ənd] [ðæt] ['nevə(r)][ʃæl; ʃəl][ju:; jʊ][ɪn'djʊə(r)] ['eniθɪŋ] [ɪn][ðə; ði] [li:st] [dɪ'gri:] [ə'prəʊtʃɪŋ] [wɒt]
and **that** **never** **shall** **you** **endure** **anything** **in** **the** **least** **degree** **approaching** **what**
和 那 绝不 将 你 忍受 任何事物 在 这 至少 程度 接近 什么
[hi:; hi] ['sʌfəd] [fɔ:(r); fə(r)][ju:; jʊ] . - .
He **suffered** **for** **you** **.** **192401** **.**
他 遭受 为了 你 . - .

你们永远不会遭受哪怕是最轻微的、接近祂为你们所受的苦难。192401.

[gɑ:dz] [greɪt] [dɪ'zaɪə(r)][ɪz] [ðæt] [wi:; wi][ʃʊd; ʃəd][bi:; bi] ['pɜ:fɪkt] ,
God's **great** **desire** **is** **that** **we** **should** **be** **perfect** **,**
神的 伟大的 欲望 是 那 我们 应该 是 完美的 ,

上帝最大的愿望就是我们能够完美，

[tu:; tə][ju'naɪt] [ɑ:'selvz] [wɪð] [hɪm][baɪ][ðə; ði] ['pɜ:fɪkt] [ˌɪmɪ'teɪʃn] [ɒv; əv][hɪz; ɪz]['sæŋktəti] .
to **unite** **ourselves** **with** **Him** **by** **the** **perfect** **imitation** **of** **his** **sanctity** **.**
到 团结 我们自己 和 他 经过 这 完美的 模仿 的 他的 圣洁 .

通过完美地效法他的圣洁，与他合而为一。

“ [bi:; bi][ju:; jʊ] ['ðeəfɔ:(r)] ['pɜ:fɪkt] , [æz; əz][jɔ:(r); jə(r)] ['hev(ə)nli] ['fɑ:ðə(r)][ɪz] ['pɜ:fɪkt] .
“ **Be** **you** **therefore** **perfect** **,** **as** **your** **Heavenly** **Father** **is** **perfect** **.**
“ 是 你 所以 完美的 , 作为 你的 天上 父亲 是 完美的 .

“所以，你们要完全，像你们的天父完全一样。”

” [lɪv; laɪv]['dʒi:zəs] !
” **Live** **Jesus** **!**
” 居住 耶稣 !

“耶稣万岁！”

[gɒd][bi:; bi] [preɪzd] .
God **be** **Praised** **.**
上帝 是 赞扬 .

赞美上帝。

[em] . [eɪtʃ] . [gɪl] & [sʌn] , ['printərz] , ['dʌblɪn] .
M **.** **H** **.** **Gill** **&** **Son** **,** **Printers** **,** **Dublin** **.**
M . H . 鳃 & 儿子 , 打印机 , 都柏林 .

MH Gill & Son 印刷厂，都柏林。

[-] [nəʊts]
Transcriber's **Notes**
转录员的 笔记

转录者注释

['blæk͵lɛtər] [tekst][ɪn][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l][ɪz] [dɪ'spleɪd] [ɪn][ə; eɪ][bəʊld][ɪ'tælɪk][fɒnt] [staɪl] .

Blackletter	**text**	**in**	**the**	**original**	**is**	**displayed**	**in**	**a**	**Bold**	**Italic**	**font**	**style**	**.**
黑体字	文本	在	这	原来的	是	显示	在	一个	大胆的	斜体	字体	风格	.

原文中的哥特体文本以粗斜体字体显示。

['mæksɪm] - [ɪz][ə; eɪ] [rɪ'pi:t] [ɒv; əv]['mæksɪm] - , [ænd; ənd]['mæksɪm] - [ɪz][ə; eɪ] [rɪ'pi:t] [ɒv; əv]

Maxim	**398**	**is**	**a**	**repeat**	**of**	**maxim**	**181**	**,**	**and**	**maxim**	**370**	**is**	**a**	**repeat**	**of**
格言	-	是	一个	重复	的	格言	-	,	和	格言	-	是	一个	重复	的

['mæksɪm] - .

maxim	**182**	**.**
格言	-	.

第 398 条准则是第 181 条准则的重复，第 370 条准则是第 182 条准则的重复。

[ðə; ði] ['fɒləʊɪŋ] ['teɪb(ə)l][nəʊts][ðə; ði]['tʃeɪndʒɪz] [meɪd] [tu:; tə][ðə; ði] ['prɪntɪd] [tekst] , [di'nəutid] [ɪn]

The	**following**	**table**	**notes**	**the**	**changes**	**made**	**to**	**the**	**printed**	**text**	**,**	**denoted**	**in**
这	下列的	桌子	笔记	这	变化	制成	到	这	打印	文本	,	表示	在

['brækɪts] :

brackets	**:**
括号	:

下表列出了对印刷文本所做的更改，更改内容以括号标出：

[peɪdʒ]['mæksɪm][tekst][ˌɒpə'reɪʃ(ə)n]

Page	**Maxim**	**Text**	**Operation**
页	格言	文本	手术

页面 Maxim 文本操作

- - [meɪ] ['hæpən] [[ju:; jʊ]] [tu:; tə] - ['mɒrəʊ] [rɪ'mu:vd] .

16	**24**	**may**	**happen**	**[**	**you**	**]**	**to**	**-**	**morrow**	**Removed**	**.**
-	-	可能	发生	[	你	]	到	-	明天	已移除	.

16 24 可能发生在[你]明天 已移除。

- - [ˌɪmpər'fekʃən] [ænd; ənd]['vi:niə] [[el]] ['ædɪd] .

38	**78**	**imperfections**	**and**	**venia**	**[**	**l**	**]**	**Added**	**.**
-	-	瑕疵	和	自由	[	我	]	额外	.

38 78 缺陷和 venia[l] 已添加。

- - ['bɒdi]['dʌblju:] [/ [aɪ]] ['el'el][bi:; bi] [rɪ'pleɪsd] .

42	**86**	**body**	**w**	**[**	**/**	**i**	**]**	**ll**	**be**	**Replaced**	**.**
-	-	身体	西	[	/	我	]	二	是	替换	.

42 86 车身将被更换。

- - ['kɒnstənt] [[ˌel'waɪ]] ['ædɪd] .

47	**100**	**constant**	**[**	**ly**	**]**	**Added**	**.**
-	-	持续的	[	ly	]	额外	.

47 100 不断添加。

- - ['kɒnfɪdəns] [ɪn][hɪm] [.]

60	**135**	**confidence**	**in**	**Him**	**[**	**.**	**]**
-	-	信心	在	他	[	.	]

60 135 对祂的信心[.]

['ædɪd] .

Added	**.**
额外	.

额外。

- - [æz; əz][baɪ][hɪz; ɪz] [wɜ:dz] [.]

79	**176**	**as**	**by**	**his**	**words**	**[**	**.**	**]**
-	-	作为	经过	他的	字	[	.	]

79 176 正如他所说[.]

['ædɪd] .
Added .
额外 .

额外。

- - [fɔː(r); fə(r)][ə; eɪ] [ʃɔːt] [taɪm] [.]
86 194 for a short time [.]
- - 为了 一个 短的 时间 [.]

86 194 短暂[.]

['ædɪd] .
Added .
额外 .

额外。

- - [səʊ] ['kerfʊl] [[waɪ]] [tuː; tə][dɪ'skʌvə(r)] ['ædɪd] .
97 213 so carefull [y] to discover Added .
- - 所以 小心 [是] 到 发现 额外 .

97 213 如此仔细地发现已添加。

- - [juː; jʊ][hɑː] [ ] [viː] [biːn] [rɪ'muːvd] .
107 233 you ha [ ] ve been Removed .
- - 你 哈 [ ] ve 到过 已移除 .

107 233 你已被移除。

- - [θruː] [hɪm] [,] [ðə; ði][maɪnd] ['ædɪd] .
124 268 through Him [,] the mind Added .
- - 通过 他 [,] 这 头脑 额外 .

124 268 通过他[,]心灵添加了。

- - [jɔː(r); jə(r)] [/ [ˊnjuːlain] /] [self] [rɪ'muːvd] .
151 323 your [/ newline /] self Removed .
- - 你的 [/ 换行符 /] 自己 已移除 .

151 323 你自己已移除。

- - ['præktɪs] ['peɪʃ(ə)ns] [.]
163 349 practise patience [.]
- - 实践 耐心 [.]

163 349 练习耐心[.]

[wʊd] ['ædɪd] .
Would Added .
会 额外 .

会添加。

- - - [ ] [fɔːr] [rɪ'muːvd] .
178 374 37 [ ] 4 Removed .
- - - [ ] 4 已移除 .

178 374 37[ ]4 已移除。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神